61 kop.

EESTI NSV RAVIMTAIMED

J. Tammeorg
O. Kook
G. Vilbaste

EESTI NSV RAVIMTAIMED

J. Tammeorg, O. Kook,
G. Vilbaste

EESTI NSV RAVIMTAIMED

3., parandatud trükk

«Valgus» · Tallinn 1973

633.8
T 15

Kaane kujundanud T. Aru

Käsiraamatus antakse ülevaade Eesti NSV-s esinevatest ja Eesti NSV-s kultiveerimiseks sobivatest ravimtaimedest. Iga taime kohta tuuakse eesti-, ladina- ja venekeelsed nimetused, rahvapärased eestikeelsed nimetused, taime kirjeldus, kogumise juhendid, droogi olulisemad koostisained, näiteid kasutamisest rahvameditsiinis ning taime kasutamine ja tähtsus tänapäeva teaduslikus meditsiinis. Kultiveeritavate taimede kohta tuuakse ka lühike kultiveerimise juhend.

Raamat on mõeldud kasutamiseks kõikidele ravimtaimedest huvitatutele, ravimtaimede kogujatele, kooliõpilastele, tehnikumide õpilastele, üliõpilastele, tervishoiutöötajatele ja bioloogidele.

Kõik küsimused, ettepanekud ja arvamused raamatu kohta palutakse saata aadressil: 200 001 Tallinn, Pärnu mnt. 10, Kirjastus «Valgus».

5—1
TL—10—73—24

© Kirjastus «Valgus», 1973.

Eessõna I trükile

Käesolev raamat ei pretendeeri teadusliku uurimuse nimele. Tema eesmärgiks on kaasa aidata laiades hulkades tekkinud huvi rahuldamiseks Eesti NSV-s kasvavate taimede kohta, mida saab kasutada ravimitoorainena või otseselt ravimina. Raamat on ette nähtud kasutamiseks kõigepealt ravimtaimede kogujaile. Et taimede korjamisel vigu vältida, esitatakse raamatus taime lühike kirjeldus, joonis, korjamise ja kuivatamise juhendid ning tähtsamad riiklikud kvaliteedinõuded. Raamatust leiaksid juhendeid ka ravimtaimede vastuvõtupunktide juhatajad kooperatiivkauplustes ja apteekides. Apteegitöötajate töö kergendamiseks on raamatus peale taime kirjakeelse ja rahvapäraste nimetuste antud ka ladina- ja venekeelne nimetus.

Raamat kergendaks ka arstide ja muu tervishoiupersonali tööd, neile meelde tuletades ametlikult tunnustatud ravimtaimede tervistavalt toimivaid omadusi ja nende praktilist kasutamist haigete ravimisel.

Taimi on haiguste ravimiseks kasutatud juba ammust ajast, seejuures nii rahva enda poolt kui ka meditsiinis. Tuhandeid aastaid toimus see kasutamine vaid katsete ja omandatud kogemuste alusel. Ravimtaimede teadlik uurimine algas alles möödunud sajandil seoses keemia arenemisega. Hakati taimedes leiduvaid toimeaineid keemiliselt eraldama, neid puhtal kujul kasutama ja isegi keemiliselt valmistama — sünteesima. Keemia edukäik kummutas paljud rahvameditsiini väärarvamused ravimtaimede kohta ja lõi hulgaliselt häid, tugeva toimega ravimeid.

Sellegipärast ei ole ravimtaimede osatähtsus ravivahendite hulgas kuigi tunduvalt langenud. Ka nüüdisajal tarvitatavatest ravimitest on umbes 40% taimse päritoluga. See näitab, et ravimtaimed väärivad õigustatult tähelepanu. NSV Liidus on viimastel aastakümnetel teaduslikult uuritud rahvameditsiinis kasutatavaid taimi ja katsete teel avastatud uusi ravimtaimi. See töö jätkub ka käesoleval ajal.

Taimes leidub alati mitu ravitoimega ainet. Sageli täiendavad need toimeained üksteist, näiteks soodustab üks neist teise imendumist inimkehas. Sellest ei või aga järeldada, et puhaste, taimest eraldatud toimeainete asemel oleks õigem kasutada otseselt ravimtaimi. Puhaste toimeainete eeliseks on asjaolu, et neid saab täpselt doseerida, taimedes aga võib toimeainete kogus olenevalt ilmastikust ja kasvukohast tunduvalt kõikuda.

Mõningates olukordades võib ka kasutada ravimtaimi; näiteks kui puhast askorbiinhapet (C-vitamiini) ei ole saada, võib selle asemel tarvitada kibuvitsa- või pihlakamarju. See aga ei tohi tekitada ekslikku arvamust, nagu võiksime arstiabist loobuda ja hakata end ise ravima. Me ei hakka näiteks ise parandama oma taskukella, kui me kellassepatööd pole õppinud. Meie organism aga on palju keerulisema ehitusega kui taskukell, sellepärast vajab ta haiguse korral kindlasti vastava ettevalmistusega eriteadlase abi. Isegi eriarstil on mõnikord raske haigust diagnoosida, kindlaks määrata, sest paljud haigused avalduvad, eriti alguses, ühesuguste tunnustega. Seda vähem suudab haigust õigesti ära tunda inimene, kes ei ole arstiteadust õppinud. Ebaõige diagnoosi korral rakendatakse ka ebaõiget ravi, see aga võib haiget kahjustada, mõnikord isegi parandamatult.

Taimed on järjestatud tähestikuliselt eestikeelsete perekonnanimede alusel. Kui aga liigil on perekonnanimest erinev iseseisev nimi, esitatakse taim tähestikulises järjekorras liiginime all.

Käesoleva teose farmakoloogilise osa on kirjutanud Oskar Kook, taimede botaaniline kirjeldus ja rahvapärased nimed on Gustav Vilbastelt. Autorid paluvad lugejaid esitada kirjastusele oma arvamused ja märkused raamatu kohta.

Tallinn, märtsis 1962.

Autorid

Eessõna II trükile

Kromatograafia, eriti aga paber- ja kihtkromatograafiameetodi, samuti ka gaaskromatograafiameetodi laialdane juurdumine ravimtaimede ja üldse looduslike ainete uurimise metoodikasse käesoleva sajandi viiekümnendatel aastatel rikastas farmakognoosiat tohutu informatsioonilaviiniga. Seitsmekümnendateks aastateks oli kogunenud nii palju uusi andmeid, et käesoleva raamatu esimese trüki andmed osutusid mitte ainult puudulikeks, vaid sageli ebaõigeteks. Seetõttu peetigi vajalikuks esimeses trükis toodud materjal kriitiliselt läbi vaadata, sisse viia parandused, välja jätta mõned vähemtähtsad ravimtaimed ning juurde tuua kümmekond uut, et säilitada raamatule ka uues trükis autorite poolt esimesele trükile planeeritud teaduslik väärtus. Pidasin vajalikuks juurde tuua ka andmed ravimtaimede kultiveerimise kohta, arvestades neid kogemusi, mis on saadud enam kui 20 aasta jooksul TRÜ ravimtaimede laboratooriumis. Lugupidamisest esimese trüki autorite, minu kunagiste õpetajate vastu püüdsin uues redaktsioonis esialgset teksti muuta ainult nii vähe, kui see võimalik oli.

Kirjakeelsete taimenimedena on käesolevas raamatus tarvitatud neid, mis esinevad Eesti NSV Teaduste Akadeemia Zooloogia ja Botaanika Instituudi poolt koostatud «Eesti taimede määrajas» (Tallinn, 1966). Sama teosega on kooskõlla viidud ka taimede ladina- ja venekeelsed nimed.

Tartus, jaanuaris 1971.

J. Tammeorg

Eessõna III trükile

Kolmas trükk ei erine oluliselt teisest trükist. Parandusi on tehtud ainult ühe taime — soolikarohu koostis- ja toimeainete osas. Taimede eesti- ja ladinakeelsed nimetused on vastavusse viidud «Taimede välimäärajaga» (Tallinn, 1972).

Tartus, juulis 1973.

J. Tammeorg

Ravimtaimede kogumisest

Ravimtaimede kogumine Nõukogude Liidus toimub plaanipäraselt. Plaani koostamisel võetakse igal aastal arvesse farmaatsiatööstuse ja apteekide võrgu vajadus. Vastavalt sellele vajadusele koostab NSV Liidu Tervishoiu Ministeerium metsikult kasvavate ja kultiveeritavate ravimtaimede kogumise plaani põhiliste hankijate jaoks. Nendeks on üleliiduline koondis «Ravimtaimede tööndus», Tarbijate Kooperatiivide Keskliit ja apteekide peavalitsused.

Koondis «Ravimtaimede tööndus» organiseerib ravimtaimede tööndusliikku kultiveerimist temale alluvate spetsialiseeritud sovhooside kaudu või kolhoosidega sõlmitud lepingute alusel. Koondis organiseerib oma kontorite kaudu ka mõningate suurte massiividena esinevate metsikult kasvavate ravimtaimede kogumist ja kuivatamist. Koondise poolt kogutavate ravimtaimede sortiment ei ole suur ning need on mõeldud peamiselt farmaatsiatööstuse vajaduse rahuldamiseks.

Tarbijate kooperatiivide vabariiklikud keskliidud teostavad ravimtaimede kokkuostu elanikkonnalt maakaupluste ja rajoonide varumiskontorite kaudu. Tarbijate kooperatiivide süsteemi poolt varutud droog antakse üle tööstuse ja apteekide tarbeks. Eesti NSV-s teostatakse selle süsteemi kaudu ainult mõningate droogide kokkuostu, nagu näiteks pajukoor, kuivatatud marjad, jõhvikad, köömned jne.

Kolmas hankija — apteekide peavalitsuse süsteem — varub drooge peamiselt apteekide tarbeks. Ülejäägid antakse tööstusele. Seda moodust rakendatakse ka juhtudel, kus tarbijate kooperatiivide süsteem ei suuda hankida küllaldaselt ravimtaimi. Selle alusel saavad kõik apteegid ka Eesti NSV-s igal aastal ravimtaimede kokkuostu koguselise plaani ja peavad organiseerima elanikkonda, eriti kooliõpilasi, ravimtaimede korjamiseks. Linnades asuvad apteegid on ravimtaimede kokkuostuplaani täitnud peamiselt ühiskondlikus korras oma tööjõududega.

Kokkuost toimub riigi poolt määratud hanke- või ostuhindade alusel. Ostetav kaup — kuivatatud ravimtaimed ehk droog — peab vastama iga droogi jaoks kindlaksmääratud kvaliteeditingimustele.

Ravimtaimede korralikuks kogumiseks on tarvilikud vastavad abinõud, nagu labidad, noad, käärid, vajaduse korral pukkredelid ja kühvelkammid (viimased kummeli õisikute korjamiseks). Droogi kuivatamiseks kohapeal tuleb tarbe korral hankida välikuivatid presentkatusega ja metallist või puust toestikuga, millele paigutatakse riiulid ja raamid.

Korjamist organiseerides on vaja teada, milliseid ravimtaimi leidub antud paikkonnas küllaldasel hulgal ja kus kohal. Korjajaid peab õpetama ravimtaimi tundma.

Ühtlasi tuleb kokkuostupunktis — apteegis või kooperatiivkaupluses — kõigepealt selgitada: 1) milliseid ravimtaimi vajatakse käesolevaks aastaks, sest plaanid võivad igal aastal muutuda; 2) millises koguses vajatakse iga ravimtaime; 3) milline on kokkuostuhind käesoleval aastal.

Ravimtaimede kogumine on riiklik ülesanne ja kogumisplaan tuleb samuti täita kui iga teine riiklik plaan.

Üldised juhendid kogumiseks

Ravimtaime väärtus oleneb temas sisalduvate toimeainete hulgast. Need ained tekivad ja kogunevad taime teataval arenemisastmel tema teatavas osas. Näiteks leidub harilikult kõige rohkem toimeaineid taime lehtedes ja õites õitsemise alguseks, viljades (seemnetes) nende valmimise momendiks, juurtes ja juurikates aga maapealse osa kuivamise, elutegevuse lõppemise järel. Seepärast on iga taimeosa korjamiseks ette nähtud eri ajad, mis esitatakse vastavas tabelkalendris lk. 11—13. Olenevalt ilmastikust tuleb kogumist mõnel aastal alustada veidi varem või hiljem.

Sõltuvalt sellest, milline taimeosa sisaldab kõige rohkem toimeaineid, kogutakse pungi, koort, lehti, õisi, vilju, juuri või juurikaid; harvemini kogutakse taime maapealne osa tervenisti, nn. ürt.

P u n g i kogutakse varakevadel, kui nad on juba paisunud, kuid enne puhkemist. Erandina on kasepungi lubatud koguda ka varem, olenevalt metsatööde käigust.

Ravimtaimede kogumise kalender

Droog	Apr.	Mai	Juuni	Juuli	Aug.	Sept.	Okt.
Altee juured	+					+	+
Angervaksa ürt			+	+	++		
Musta aroonia marjad						+	+
Astelpaju marjad							
Bergeenia juurikad			++	++			
Hanijala ürt		++	+++	+++	++	+++	
Põld-harakaladva ürt		++	+++	+++	+++	+++	
Hiirekõrva ürt		+	+	+++	+++	+	
Humala õisikud (käbid)				++	+++		
Huulheina ürt				++	+++		
Väikese igihalja lehed	+	+	++	++	+++	++	+
Valge iminõgese õied		++	++	++	+++	+++	
Islandi käokõrv		+	+	+	+	+++	
Haisva jooksjarohu juured						+++	++
Jõhvika marjad	+	+				++	++
Kadaka marjad					+	+	
Kalmuse juurikad	+	+				+	+
Kanarbiku ürt				+	+	+	
Kase pungad	+	+					
Soo-kassiurva ürt				+	+	+	
Kibuvitsa marjad						+	+
Kikkaputke juurikad	+	+			+	+	
Mõru kirburohu ürt				+	+	+	
Koera-pöörirohu lehed			+	+	+		
Koirohu ürt		+	+	+			
Karukolla eosed					+	+	
Ungrukolla ürt		+	+	+	+	+	+
Kopsurohu ürt		+	+				
Kõrge kukekannuse ürt			+	+	+		
Hariliku kukerpuu lehed			+	+	+		
" " juured						+	+
Kummeli õied			+	+	+	+	
Kõrvenõgese lehed			+	+	+	+	
Kõrvitsa seemned						+	+
Käokulla õied				+	+		
Köömned				+	+		
Küüslaugu sibulad				+	+	+	
Musta leedri õied			+	+			
Leesika lehed		+	+		+	+	+
Leeskputke juured						+	+
Lepa käbid						+	+
							ka talvel
Leusea juurikad						+	+
Nõmm-liivatee ürt				+	+		
Lina seemned					+		

Droog	Apr.	Mai	Juuni	Juuli	Aug.	Sept.	Okt.
Linnurohu ürt			+	+	+	+	
Lodjapuu koor		++	++				
Lõhnheina ürt		++	++				
Maarjasõnajala juurikad						+	+
Maasapi ürt				+	+		
Metsmaasika marjad			+	++			
Maavitsa noored kasvud	+	+				+	+
Maisi emakasuudmed					+		
Tedremarana juurikad	+	+			++	+	+
Kollase mesika ürt			+	+	++		
Aed-moorputke viljad						+	+
Mustika marjad				+	+		
Männi kasvud		+	+				
Piparmündi lehed				++	++	+	
Liht-naistepuna ürt				+	++		
Nurmenuku juurikad		++	+				
Nääre juured	+	++				+	+
Hobuoblika juured						+	+
Hariliku ogaõuna lehed					+	++	
Orasheina juurikad	+	+				++	+
Põldosja ürt			+	+	+	+	
Paakspuu koor		++	++				
Paiselehe lehed		++	++	+			
Paju koor		+	+				
Palderjani juurikad						+	+
Pihlaka marjad						+	+
Piibelehe õied, lehed		+	+				
Pohla lehed	+						
Punanupu juurikad					+	+	
Puneme ürt				+	+	+	
Päevalille lehed, õied					+		
„ seemned						+	+
Pärna õied				+			
Must pässik (kasekäsn)	kogutakse aasta läbi						
Tanguudi rabarbri juured					+	+	
Raudrohu ürt ja õied		+	+	+	+		
Valge ristiku õied			+	+	+	+	
Rukkilille õied			+	+	+		
Kolmisruskme ürt			+	+			
Saialille õied				+	+	+	
Aedsalvei lehed			+	+		+	
Seebilille juured					+		
Musta sinepi seemned						+	
Valge sinepi seemned					+		
Siniladva juured		+	+			+	
Sookailu ürt		+	+	+		+	
Soolikarohu õied				+	+		
Sõrmkübara lehed			+	+	+	+	

Droog	Apr.	Mai	Juuni	Juuli	Aug.	Sept.	Okt.
Musta sõstra marjad					++		
Sööt-reiarohu ürt			+	+	++	+	
Tamme koor		+	++				
Teelehe lehed			+	+	++		
Toominga marjad					+++	+	
Tungaltera				+	++		
Türnpuu viljad						+	+
Ubalehe lehed			++	++			
Ussikeele ürt			++	++	+	++	
Ussitatra juurikas						+++	
Aedvaagi juurikad	+	+				++	++
Vaarika marjad				+	++		
Vahulille juured					++	+	
Veiste-südamerohu ürt			++	++			
Vereurmarohu ürt		+	++	++			
Vesikupu juurikas					+	+	+
Viirpuu õied			+				
„ viljad							++
Võilille juur					++	++	++
Üheksavägise õied				+	++	++	

Koort kogutakse kevadel mahlade tugevama liikumise ajal. Siis on kerge koort puust eraldada ja koor sisaldab ka kõige rohkem toimeaineid. Koore kogumisel ei tohi kasutada metallesemeid.

Lehti kogutakse siis, kui nad on täiesti välja arenenud, tavaliselt enne õite puhkemist. Koguda tuleb kuiva ilmaga pärast hommikuse kaste kuivamist. Et vältida lehtede kuumenemist, ei tohi neid tihedalt kokku suruda.

Õisi kogutakse samuti kuiva ilmaga, parem hommikul, niipea kui kaste on kadunud. Õite kogumine peab toimuma õitsemise algul, sest vananenud õite ravitoime on tunduvalt langenud. Nopitakse kas õisikud või üksikud õied, vahel isegi ainult õie osad, näiteks kroonlehed.

Ürt, s. o. taime maapealne osa, kogutakse tavaliselt õitsemise ajal, samuti kuiva ilmaga. Olenevalt taime liigist lõigatakse ära kas kogu maapealne osa või ainult õitsev latv 15—30 cm pikkuselt. Lehtedeta, puitunud varsi harilikult ei koguta.

Viljadest kogutakse seemneid veidi enne lõplikku valmimist, marju valminult, kuid mitte ülevalminult.

Juuri, juurikaid ja mugulaid kogutakse — mõned erandid välja arvatud — peamiselt sügisel pärast kasvuperioodi lõppemist. Sügisene kogumine on taime kasvule soodsam, sest siis on seemned juba valminud ja varisenud, seega järelkasv kindlustatud. Korjamisel on sobivaks abinõuks poolümar, rennikujuline labidas. Pärast juurte eraldamist maast on otstarbekohane asetada mätas tagasi auku, juured aga mullast puhastada ning jahedas vees pesta.

Kõikide ravimtaimede kogumise kohta kehtivad järgmised juhendid.

1. Koguda tuleb vaid neid taimi, mida kindlalt tuntakse.

2. Ei tohi teostada röövkogumist, see tähendab kogumislapilt kõiki taimi juurte või juurikatega välja kiskuda. On soovitatav jätta alles vähemalt ¼ taimi.

3. Koguda neid taimi, mida antud kohas leidub massiliselt.

4. Riknenud ja närtsinud taimi mitte koguda, samuti ka mitte tolmuseid taimi maanteede äärest.

Pärast kogumist tuleb püüda taimed võimalikult kohe kuivatada; seepärast kogutagu korraga vaid nii palju, kui on võimalik kuivama asetada. Ei ole soovitatav (enamasti on isegi keelatud) kuivatada päikesepaistel, sest päikesekiirte mõjul muutub taime värvus ja väheneb toimeainete hulk, eriti õites ja lehtedes. Mõningaid juuri ja juurikaid võib kuivatada ka päikese käes. Mahlakad marjad (mustad sõstrad, mustikad jt.) lastakse õhukese kihina päikesepaistel närbuda, enne kui nad erikuivatisse asetatakse. Tavaliselt kuivatatakse ravimtaimi tolmuvabas varjualuses — katusealuses — hea tuuletõmbuse juures. Tuleb jälgida, et temperatuur ei tõuseks üle 40—50 °C. Kuivatamiseks laotatakse taimed paberist, papist või võrgust alustele kergetel raamidel.

Taimi võib kuivatada ka kunstlikus soojuses, näiteks viljakuivatis, jahtuva pliidi peal, jahtuvas ahjus. Seejuures tuleb jälgida, et temperatuur ei ületaks 50—60 °C.

Kuivatamisel väheneb taimede kaal tunduvalt. Välja arvatud üksikud erandid, tuleb keskmiselt arvestada, et lehed, õied ja ürt annavad kuiva droogi viiekordselt vähem, juured, juurikad, viljad ja seemned kolmekordselt vähem.

Juhendid droogi mahu ja kaalu võrdlemiseks ning leotiste ja keediste valmistamiseks

Vedelained:
1 supilusikatäis = 15 grammi vesivedelikku,
1 dessertlusikatäis = 10 grammi vesivedelikku,
1 teelusikatäis = 5 grammi vesivedelikku.

Kuivained:
1 supilusikatäis kuiva droogi = 5—10 grammi,
1 teelusikatäis kuiva droogi = 1,5—3 grammi.

Kuivaine kaal on võrdlemisi kõikuv, seepärast ei anta kindlaid eeskirju.

Ametlikud eeskirjad leotiste ja keediste valmistamiseks on järgmised.

Leotised ja keedised on droogide vesiväljatõmmatised, mis valmistatakse peenestatud droogidest. Valmistamine peab toimuma portselanist või roostevabast terasest või emailitud nõudes. Droogile valatakse toatemperatuurilist destilleeritud vett ning asetatakse nõu keevale veevannile.

Leotise saamiseks hoitakse nõu keeval veevannil 15 minutit ja lastakse jahtuda 45 minutit.

Keedise saamiseks hoitakse nõu keeval veevannil 30 minutit ja lastakse jahtuda 10 minutit.

Pärast jahtumist kurnatakse vesiväljatõmmatis läbi puuvilla või mitmekordse marli.

Tavalises kõnekeeles nimetatakse nii keedist kui ka leotist teeks. Kodusel tarvitamisel toimub ka valmistamine lihtsustatult: lastakse tõmbuda keevas vees (leotis) või keedetakse lahtisel tulel 10—20 minutit (keedis).

Ravimtaimed

1. Altee — *Althaea officinalis* L., *Malvaceae.*

Harilik altee, tokkroos.

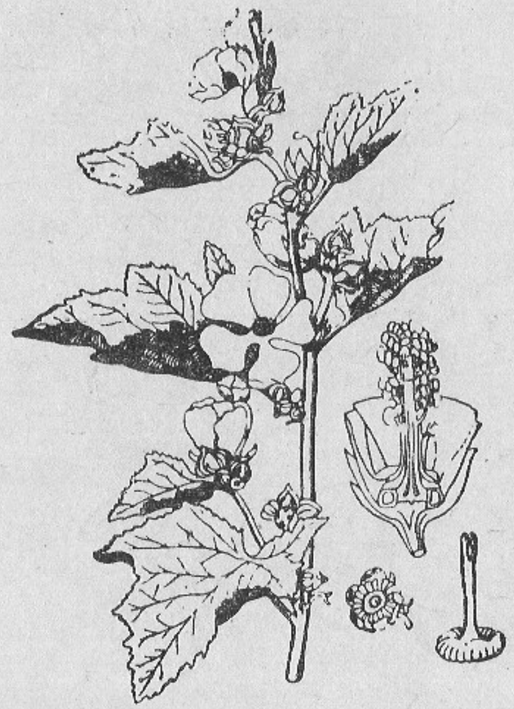
Алтей лекарственный.

Altee on aedades kasvatatav, harva metsistuv mitmeaastane ravimtaim kõrgusega 60—150 cm. Vars on püstine, viltjaskarvane ja 3—5-hõlmaliste täkiliste lehtedega. Leherootsud enamasti lehelabast lühemad. Alumised lehelabad laimunajad kuni neerjad südaja alusega, ülemised piklikmunajad või munajad, õied 2- või 3-kaupa keskmiste varrelehtede kaenlas, võrdlemisi suured, läbimõõduga 20—30 mm. Kroonlehed kahvaturoosad kuni valged. Vili koosneb 15—22 osaviljast. Õitseb juunist septembrini.

Tööndusliku kultuurid asuvad Ukrainas ja Põhja-Kaukaasias. Võimalikult vara kevadel külvatakse altee niisutatud ja kergelt kuivatatud seemned 1—2 cm sügavusele. Reavahe 60 cm, külvinorm 8—10 kg/ha. Taimed tärkavad 8—18 päeva pärast. Et reavahede harimist õigeaegselt alustada, soovitatakse külvata koos kiiresti tärkava salati või sinepiga, et read oleksid nähtavad. Salati- või sinepitaimed eemaldatakse pärast altee tärkamist. Vastavalt vajadusele kohendatakse reavahesid ja puhastatakse read umbrohust. Saak kogutakse 2- või 3-aastastelt taimedelt hilissügisel.

Ravimina kasutatakse juuri — *radix Althaeae.* Juured kaevatakse või küntakse maa seest välja, pestakse, lõigatakse 20—25 cm pikkusteks tükkideks ja kuivatatakse temperatuuril mitte üle 40°. Sageli aga lastakse juuri pärast pesemist pisut närbuda, kaabitakse neilt siis hall korgikiht maha ja kuivatatakse nad lõplikult.

Kuivatatud droogis ei tohi olla üle 14% niiskust, üle 3% puitunud juuri või juurika osi, üle 3% halvasti koo-



rest puhastatud juuri, üle 0,5% mineraalseid ja orgaanilisi lisandeid. Põletamisel ei tohi droogist jääda rohkem kui 8% tuhka.

Droog sisaldab kuni 35% lima, kuni 37% tärklist, suhkrut (10%) ja pektiinainet (11—16%). Lima sisaldus juurtes on sügisel kõige suurem. Lima koosneb heksosaanidest ja pentosaanidest. Juured sisaldavad veel 2% asparagiini, 1,7% rasvõli ja ligi 5% mineraalsoolasid, peamiselt fosfaate.

Altee juuri kasutatakse röga lahtistava, pehmendava ja põletikuvastase vahendina ülemiste hingamisteede haiguste korral, ka gastriitide, koliitide ning mao- ja kaksteistsõrmiksoole haavandite puhul.

Altee juuri kasutatakse leotisena — *infusum radicis Althaeae*, keedisena — *decoctum Althaeae*, teena ja siirupina — *sirupus Althaeae.*

2. Harilik angervaks — *Filipendula ulmaria* (L.) Max., *Rosaceae.*

Angerpüdse, angerpüks, hobusehurmarohi, lepavorm, naba-arnikas, püst, risthammas, tuulerohi, vorm.

Лабазник вязолистный, таволга.

Angervaks kasvab niisketel soo- ja aruniitudel põõsastikes, kraavide, järvede ja jõgede kallastel, parkides ja võsades. Ta on mitmeaastane taim. Vars on püstine, vahel harunev, 1—1,5 m kõrge, ülalt oksine, tihedasti lehistunud. Lehed on pealt tumerohelised, alt valkjamad, enamasti tihedalt valgeviltjad, katkestunult sulgjad, sulglehekesed suured, kuni 3 cm pikad, jagumatud, ainult suurim otsmine leheke on 3—5-lõhene, servad ebakorrapäraselt saagjad. Õied valged või kollakad, hästi lõhnavad, 5 kroon- ja 5 tupplehega, enamasti oksistes ebasarikates. Tolmukaid ja emakaid palju. Vilju 5—9, paljad, spiraalselt keerdunud. Õitseb juunist augustini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina angervaksa apteekides praegu ei kasutata, kuid varem olid tarvitusel taime ladvaosa ehk ürt — *herba Ulmariae, herba Spireae, herba Filipendulae,* õisikud — *flores Spireae* — ja rahvaravimina ka juurikad — *radix Filipendulae.*

Kogutakse varre ülemised puitumata osad (30—40 cm) ja kuivatatakse tuuletõmbuses pööningul, lakas jne. Juurikaid korjatakse sügisel.

Taim sisaldab rohkesti (8—12%) parkainet, eeterlikku õli (kuni 0,2%, peamiselt õites), C-vitamiini värsketes lehtedes 300—400 mg%, glükosiidi spireiini, kollast värvainet. Eeterlik õli sisaldab rohkesti salitsüülaldehüüdi ja salitsüülhappe estreid.

Loomad karjamaal angervaksa ei söö. On hea meetaim.

Angervaksa ürdi keedist ja leotist on kasutatud nõrgalt kootava vahendina sisemiste verejooksude ja kõhulahtisuse puhul. On kasutatud ka nohu ja valgevooluse korral, samuti higistina ja uriini eritumist soodustava vahendina. Salitsüülhappe sisalduse tõttu sobivad angervaksa vesiväljatõmmatised ka nahahaiguste raviks.

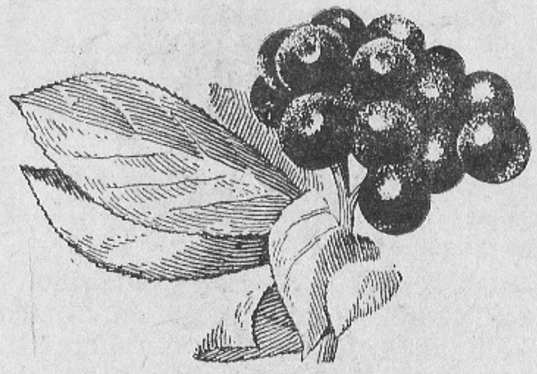
Angervaksa teeks võetakse 1 teelusikatäis ürti 1 klaasi keeva vee kohta; juuakse 1 klaas päeva jooksul. Keediseks võetakse 20 grammi liitri vee kohta; keedist kasutatakse välispidiselt haavade pesemiseks.

3. Must aroonia — *Aronia melanocarpa* (Michx.) Elliot, *Rosaceae.*

Mustaviljaline aroonia.

Рябина черноплодная.

Must aroonia on 1—2 (3) m kõrgune põõsas. Võrsed peaaegu paljad. Lehed elliptilised või äraspidimunajad, peensaagja servaga, 3—6 cm pikad, 2—3 cm laiad, pealt tumerohelised, läikivad, alt pearoo kohalt karvased. Sügisel muutuvad lehed punaseks. Õitseb mais, juunis. Õied valged, väheseõielistes kännastes. Vili kerajas, läbimõõdus 0,6—0,8 cm, läikiv, must või mustjaspunane, maitsev.



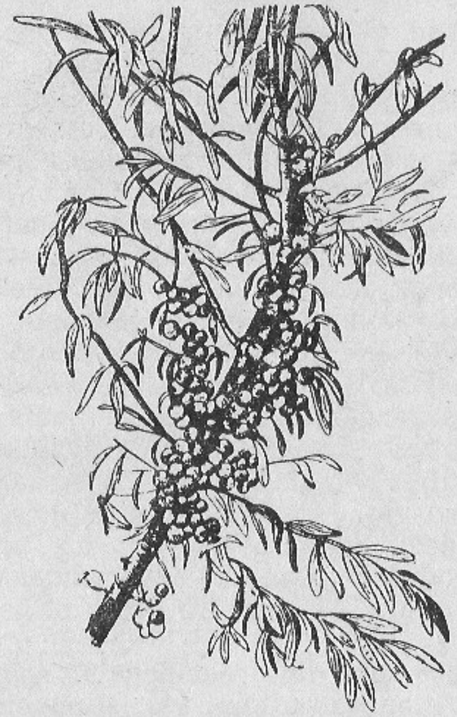
Pärineb Põhja-Ameerika idaosast. Meil täiesti külmakindel. Valguslembene. Mullastiku suhtes vähenõudlik. Kasvatatakse väärtuslike viljade tõttu, mida kasutatakse keediste, mahlade, veini jne. valmistamiseks.

Marjad sisaldavad invertsuhkrut, glükoosi, fruktoosi, sahharoosi. Suhkrute üldsisaldus on 4,6—10,2%. Marjades on veel parkaineid, P-vitamiini, karotiini, küllaltki suures koguses C-vitamiini.

Marjade söötmisel katseloomadele, kellel oli eksperimentaalselt esilekutsutud kõrgendatud vererõhk, langes neil arteriaalne vererõhk.

Raviks kasutatakse kas värskelt pressitud mahla 3 korda päevas 50 g pool tundi enne söömist 10—30 päeva jooksul, või värskeid marju (100 g korraga). Marju ja mahla võib säilitada 3—5-kraadisel temperatuuril otsese päikesevalguse eest varjatult. Käärima läinud marjad ja mahl kaotavad oma toime ning võivad ebasoovitavaid kõrvalnähte esile kutsuda.

Mahla ja marju kasutatakse algava (I ja II staadium) hüpertooniatõve vastu. Häid tulemusi on saadud ka mao- ja kaksteistsõrmiksoole haavandite ja ülihappesusega gastriitide puhul.



4. Harilik astelpaju — *Hippophaë rhamnoides* L., *Elaeagnaceae.*

Harilik okaspaju, siberi ananass.

Облепиха крушиновая.

Harilik astelpaju kasvab parkides ja aedades kuni 2 m kõrguse ilupõõsana. Põõsad on kahekojalised, asteldega, õitsevad lehistumise ajal. Lehed vahelduvad (harva mõned vastakud), lineaalsed või lineaalsüstjad, tömbid, alusel kiiljalt ahenenud, tagasipöördunud servaga, 2—6 cm pikad, 3—8 mm laiad, pealmiselt pinnalt peaaegu paljad või hõredalt asuvate tähtkarvadega, tumerohelised, alumiselt pinnalt rohkete karvade tõttu hõbejad, kuni 3 mm pikkustel rootsudel. Isasõied lühikestes peajates õisikutes, 2-lehelise õiekattega ja nelja õiekattest lühema tolmukaga; õiekattelehed ümardunult munajad, nõgusad,

kuni 3 mm pikad, välimisel küljel pruunikate soomustega. Emasõied 2—5-kaupa lehtede kaenlas, kuni 1,75 mm pikad, väga lühikestel raagudel, 2-lõhese õiekattega, õiekatte hõlmad kolmnurkjad, tömbi tipuga, putkeosast lühemad. Emakakael sigimiku pikkune, sigimikust pikema suudmega. Vili lihakas, oranžpunane, 8—10 mm pikk, ovaalne või peaaegu ümmargune. Õitseb mais-juunis. Hea meetaim. Sobib istutada tuiskliivade kinnistamiseks ja hekiks.

Droogiks kasutatakse vilju. Viljad kogutakse hilissügisel, sageli pärast külmade tulekut. Külmunud viljad kolgitakse või raputatakse põõsaste alla laotatud riidele. Külmunult säilivad marjad pikemat aega värskena, ilma et nende kvaliteet langeks. Külmumata viljad on pehmed ja purunevad kergesti. Pealegi asuvad nad tihedalt ja tugevasti okste küljes astelde vahel, mis korjamise raskeks teeb. Külmunud viljad ei talu korduvat ülessulamist ning uuesti külmumist. Seetõttu soovitatakse viljad koguda valmimisperioodi algul, kui nad on omandanud valmisviljadele omase oranži värvuse ega ole veel pehmeks muutunud.

Luuviljataolise vilja ühe seemnega kiviosa moodustab 16% viljast. Viljalihas on kuni 9%, seemnetes kuni 12% rasvõli. Rasvõli koosneb steariin-, palmitiin-, õli- ja linoolhappe glütseriididest. Viljaliha on rikas vitamiinidest (karotiini kuni 60 mg%, C-vitamiini kuni 450 mg%, B_1-vitamiini kuni 0,035 mg%, B_2-vitamiini kuni 0,056 mg%, E-vitamiini kuni 145 mg%, foolhapet kuni 0,79%), suhkrust (kuni 3,56%) ja orgaanilistest hapetest (peamiselt õun- ja viinhape).

Astelpaju viljadest saadud õli — *oleum Hippophaës* — on valuvaigistava toimega, kiirendab kudede granuleerumist ja epiteliseerumist. Kasutatakse röntgenteraapias naha ja limaskesta kiirituskahjustuste vältimiseks ja raviks, ka haavandtõve puhul. Välispidiselt tarvitatakse visalt paranevate haavade ja günekoloogiliste haiguste raviks.

Viljad kuuluvad kõrgeväärtuslike toiduainete hulka. Neist võib valmistada meeldiva maitse ja aroomiga ning kõrge vitamiinisisaldusega hoidiseid.

5. **Kahelehine bergeenia** — *Bergenia crassifolia* (L). Fritsch, *Saxifragaceae.*

Бадан толстолистный.

Kahelehine bergeenia on meil aedades, sageli kiviktaimlates kasvatatav mitmeaastane, kuni 50 cm kõrgune taim. Pärineb Siberist. Varred on jämedad ja paljad. Lehed juurmise kodarikuna, läikivad, nahkjad, talvituvad, ümardunud või laielliptilised, 15—30 cm pikad ja kuni 30 cm laiad, pikarootsulised, vahel südaja alusega. Õied mõlemasugulised, tipmistes kännasjates õisikutes. Tupp viietine, tupplehed alusel liitunud, tipmed kuni 4 mm pikad. Kroon kellukjas, viietine, lahklehine; kroonlehed punakaslillad, äraspidimunajad. Õitseb mais ja juunis.

Droogiks kasutatakse juurikaid — *rhizoma Bergeniae.* Juunis või juulis kaevatakse juurikad välja, puhastatakse

mullast ja peentest juurtest, pestakse, lõigatakse pikuti lõhki ja kuivatatakse. Piiratud ulatuses kasutatakse ka kahelehise bergeenia lehti.

Droog sisaldab 15—28% parkaineid, mis valdavas enamikus kuuluvad pürogalloolgruppi, ja vabu polüfenoole. Juurikais on ka isokumariin-glükosiidi bergeniini, rohkesti tärklist ja suhkruid.

Rohkesti parkaineid sisaldavad ka lehed, peale selle vaba gallushapet, kuni 22% arbutiini ja 2—4% vaba hüdrokinooni.

Kahelehise bergeenia preparaate, peamiselt vedelekstrakti — *extractum Bergeniae fluidum* — kasutatakse koliitide puhul, günekoloogilises praktikas verejooksu sulgeva vahendina ning igemepõletiku vastu.

6. Hanijalg — *Potentilla anserina* L., *Rosaceae*.

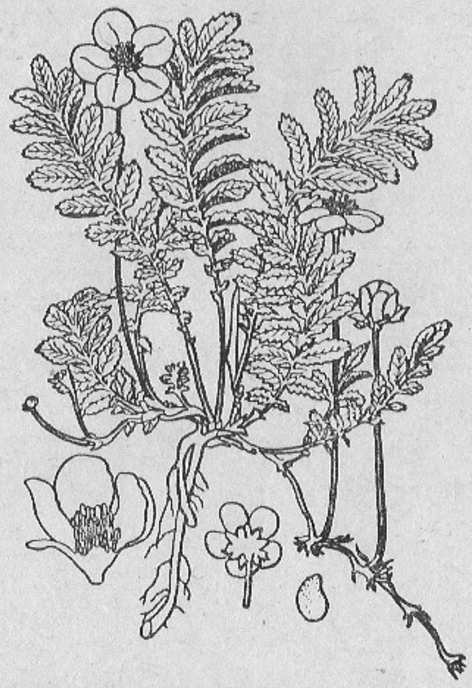
Elitingarohi, hallirohi, hanerohi, hobusekõharohi, hoolmeterohi, liikmerohi, kraavipihlakas, jooksjarohi, soonerohud, pihelgalehed, redelhein, roosirohi, soopihlakad, taevaredel, veesoonerohud, venitusrohi, voolmerohi, vöörohi jne.

Лапчатка гусиная.

Hanijalg kasvab väga sagedasti teede ääres, kraavikallastel, muruplatsidel, õuedel, karjamaadel, niisketel niitudel. Tugevast tumedast juurikast lähtub kimp katkestunult sulgjaid lehti, mis koosnevad 13—20 lehekesest; lehekesed on piklikud, sügavalt sämpunud või saagjad, alumiselt küljelt siidkarvased, pealmiselt rohelised, harva ka siidkarvased. Lehtede keskelt tõuseb võsunditaoline peenike, 15—50 cm pikkune roomav vars, mis hiljem sõlmekohtadel juurdub. Õied korrapärased, kollased, üksikult pika rao otsas, 5 kroonlehega, mis on hallikast, 10 tipmega tupest kahekordselt pikemad. Tolmukaid ja emakaid palju. Õitseb maist augustini. Eesti NSV-s esineb väga sageli kõikjal.

Hanijala maapealset osa, ürti — *herba Potentillae anserinae* ehk *herba Anserinae* — kasutati varematel aegadel ametlikult ravimina.

Ürti kogutakse õitsemise ajal, peamiselt maist juulini. Kuivatatakse varjulises kohas.



Droog sisaldab parkainet, suhkrut, lima jne.

Rahvaravimina on hanijala keedist kasutatud kootava vahendina kopsu- ja sooleverejooksude puhul. On tarvitatud ka astma, läkaköha ja langetõve ravimisel. Samuti on ta olnud ravimiks terava kõhuvalu ja kõhulahtisuse korral.

7. Põld-harakalatv — *Erysimum cheiranthoides* L., *Cruciferae*.

Harakasaba, kollad, kollakas, naistepuna, seatelg, sinebihain, teljed, tölgas.

Желтушник левкойный.

Põld-harakalatv kasvab põldudel ja aedades umbrohuna, prahipaikadel ja teeäärtel. Ta on üheaastane rohttaim. Vars on enamasti püstine, 30—60 cm kõrge, kattunud liibunud karvadega, mis on harunenud kahe- või kolme-

lõheselt. Lehed on laisüstjad, terveservalised või nõrgalt hambulised, ahenevad lühikeseks leherootsuks. Õied on väikesed, kollased, 4 kroonlehega; tolmukaid 6. Vili — neljakandiline kõder; kõtru on palju; nad hoiduvad valminult õisiku teljest eemale. Õisik — kobar, õieraod õietupest 2—3 korda pikemad. Õitseb maist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõkjal.

Tööstuses ja meditsiinilises praktikas kasutatakse peamiselt kultiveeritud hallika harakaladva (*Erysimum canescens* Roth) ürti — *herba Erysimi canescentis.* Hallikas harakalatv kasvab Kesk-Aasias ja Siberi ning NSV Liidu Euroopa-osa steppides; Eesti NSV-s leitud ainult tulnukana. Ta on kergesti kultiveeritav, hallika värvusega kaheaastane taim. Kultiveeritakse Ukrainas ja Krasnodari krais. On võimalik kultiveerida ka Eesti NSV-s.

Hallika harakaladva ürt sisaldab südameglükosiide erüsimiini ja erüsimosiidi. Need on toimelt lähedased strofantiinile. Erüsimosiidi kasutatakse tablettidena, erüsi-

miini ka süstimiseks, eriti raskete vereringehäiretega südamepuudulikkuse puhul. Võrreldes strofantiiniga, on nad vähem toksilised, kuid toimivad aeglasemalt. Hüdrolüüsil laguneb erüsimiin k-strofantidiiniks ja digitoksoosiks, erüsimosiid annab lisaks ka glükoosi. Harakaladva glükosiidid ei kuhju organismi, selle tõttu kasutatakse taime ka pikemat aega tarvitatavate südameravimite (nagu kardiovaleen) valmistamiseks.

Nimetatud preparaadid on kõik tugevatoimelised ja mürgised, seetõttu kasutatakse neid ainult arsti ettekirjutuse kohaselt.

Nõukogude Liidu territooriumil kasvab üle 50 harakaladvaliigi, millest enamik, sealhulgas ka põld-harakalatv, sisaldab samu glükosiide. Kõige rohkem on toimeaineid kultiveeritud hallika harakaladva ürdis. Põld-harakaladva ürti on lubatud kasutada hallika harakaladva ürdi asemel.

8. **Heinputk** — *Angelica sylvestris* L., *Umbelliferae.*

Jänesehuik, kikkapütsk, maarjaputk, mõtspüdsik, püdsik püdsikhain.

Дудник лесной.

Heinputk kasvab niisketel niitudel, võsades, hõredates lehtmetsades, kraavikallastel. Ta on enamasti kaheaastane rohttaim, mis õitseb ainult kord ja siis kuivab ning kaob. Maa sees on tal jäme käävjas juurikas, enamasti alt oksine või mitmeharuline, kevadel täitunud kollaka mahlaga. Juurikas on mõru maitsega. Vars on 50—150 cm kõrge, ümmargune, pealt peenesooneline, seest õõnes, ülalt veidi kandiline, oksine, paljas. Alumised lehed kaheli- või kolmelisulgjad, lehekesed suured, ümmargused, teravsaagjad; leherootsude alusel magujad tuped. Õied valged, harva roosakad, koondunud sarikana, sarikaraod ja -kiired jahujalt pehmekarvased; katis enamasti puudub, kuid osakatis on mitmeleheline. Õitseb juulist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Praegu ei kasutata apteekides heinputke ametliku ravimtaimena. Rahvameditsiinis oli ta tähtsal kohal; kasutati nii juurikat kui ka maapealseid osi. Heinputk on võrdlemisi

sarnane kikkaputkega (vt. lk. 58) välislaadilt, toimeainete sisalduselt ja kogumisviisilt, kuid palju nõrgema toimega. Et kikkaputk esineb harva, heinputk aga sagedasti, on heinputk olnud osalt kikkaputke asendaja. Heinputke keedist on kasutatud ka loomade ravimisel seedimisrikete puhul.

9. Hiirekõrv — *Capsella bursa-pastoris* (L.) Med., *Cruciferae.*

Hambarohi, hiiretasku, karjapoisipaun, kassitudrad, kärnarohud, luuvaluhain, läppmaalised, maaljarohi, murukaetus, niseldushein, rotikõrv, seaköömned, suurmahain, tipprohi, udrashain, väitislill.

Пастушья сумка обыкновенная.

Hiirekõrv on üheaastane rohttaim, 10—40 cm kõrge. Kasvab umbrohuna mitmesugustel paikadel, sagedamini elamute ja muude hoonete ümbruses, põllul vilja hulgas, teede ääres, varemetel jne. Vars on enamasti üksikult,

püstine, lihtne või ka oksine, paljas või alumises osas karvastunud. Alumised lehed sagedamini kodarikuna, piklikud, kitsad, leherootsuks ahenevad, jagumatud, terveservalised või hõlmised, sulglõhised, jagused, üldse väga mitmekujulised; varrelehed samasugused, kuid enamasti rootsutud; kõik lehed kattunud kas liht- või tähtkarvadega. Kroonlehti 4, valged, kuni 3 mm pikad, äraspidimunajad, lühikese pinnukesega; tupplehed munajad, valge nahkja servaga; õied pikaraolised, hõreda kobarana. Vili — kolmnurkne äraspidisüdajas kõdrake. Seemned rohkearvulised, helepruunid, siledad. Õitseb aprillist oktoobrini, vahel isegi hiljem, kui on sooje ilmu. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Bursae pastoris.*

Hiirekõrva korjatakse õitsemise ajal kogu suve kestel, kuid silmas pidades, et ürdis ei oleks palju küpseid vilju ega jahukastest nakatatud lehti. Taim tõmmatakse maast juurtega välja; juured lõigatakse ära, ülemised osad puhastatakse mullast ja kuivatatakse varjulises kohas hea tuuletõmbuse juures õhukese kihina. Pärast kuivatamist eral-

datakse riknenud või jahukastesed osad. Lõhn nõrk, maitse mõrkjas. Säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 3 aastat.

Droog peab säilitama peaaegu värske taime värvuse; niiskust võib sisaldada mitte üle 13%, ekstraktiivaineid 16%, kõrvalisi orgaanilisi ja mineraalaineid minimaalselt; tuha üldjääk võib olla kuni 10%.

Droog sisaldab K-vitamiini, koliini ja atsetüülkoliini ning rohkesti kaaliumi (tuhas 40% K_2O), mis tõenäoliselt toimivad verejooksu sulgevalt. Peale nende leidub droogis ramnoglükosiidi hüssopiini, parkaineid, orgaanilisi happeid, C-vitamiini.

Hiirekõrva ürti kasutatakse leotisena või vedelekstraktina emakaverejooksude puhul tungaltera ekstrakti asendajana. Sünnitusabis tugevdab emakalihaste kokkutõmmet. Vähendab arteriaalset vererõhku, ahendab perifeerseid veresooni. Tarvitatakse ka nina- ja kopsuverejooksude korral ning vereringe- ja ainevahetushäirete raviks.

Annused: 1) vedelekstraktina — 20 kuni 25 tilka korraga; 2) teena — 10 grammi kuiva droogi klaasitäie keeva vee kohta; sellest võtta supilusikatäis kuni 3 korda päevas.

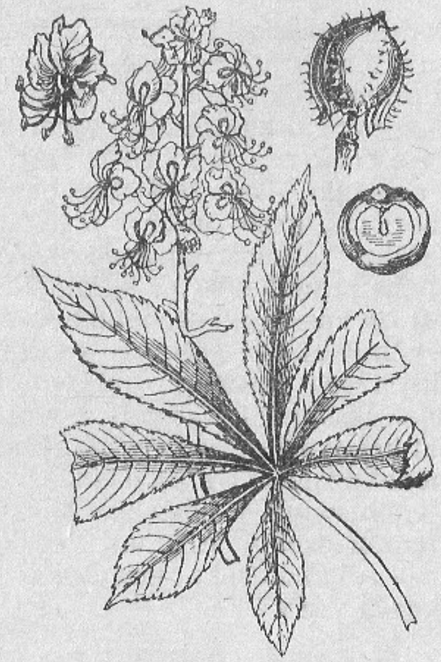
Kasutatakse ainult arsti ettekirjutusel.

10. Harilik hobukastan — *Aesculus hippocastanum* L., *Hippocastanaceae*.

Kaastan, kastaan, kastan, kastanja, kastanjapuu, kastanka, okasõunapuu, taanipuu, tanjapuu.

Конский каштан обыкновенный.

Kuni 30 m kõrgune laiavõraline puu; kasvab parkides, elamute ümbruses, puiesteede ääres. Lehepungad tumepruunid, pihkased, kleepuvad, enamasti vastakud. Lehed sõrmjad, enamasti 7 lehekesega; harva on lehekesi vähem; lehekesed 15—20 cm pikad, tipus äraspidimunajad, alusel kiiljad, ebakorrapäraselt saagja servaga, keskmine leheke külgmistest suurem. Õied peaaegu ebakorrapärased, pöörisjas õisikus; kroonlehti 4 või 5, valged või roosakad, alusel esiteks kollaka, hiljem punakaks muutuva täpiga; tolmukad ulatuvad kroonist välja. Vili ümardunud, viljakate noorelt roheline, kattunud ogadega, selle sees «kastan», paksu, valminult pruuni koorega, enamasti ühe,



harva kahe seemnega. Õitseb mais või juunis. Eesti NSV-s esineb kõikjal — istutatult või ka metsistunult.

Mitmesuguste ravimpreparaatide valmistamiseks kasutatakse hobukastani seemneid — *semen Hippocastani*. Samaks otstarbeks, kuid vähemal määral on kasutatud ka koort, õisi ja lehti.

Seemned sisaldavad kuni 13% saponiini estsiini (saponiinide segu, aglükoonideks on angeelika- ja äädikhappega esterdatud protoestsigeniin ja barringtogenool C), 0,15% flavoonglükosiide (aglükoonid kempferool ja kvertsetiin), parkaineid (0,9%), rasvõli (6,5%), tärklist (50%).

Koor sisaldab lisaks ülalmainitud ainetele ka oksükumariinglükosiide eskuliini ja fraksiini. Eskuliin tõstab veresoonte resistentsust ja vähendab nende läbilaskvust (P-vitamiini efekt). Kasutatakse veenide laienemise, hemorroidide, hemorraagia puhul. Eskuliini lahused on tugeva sinaka fluorestsentsiga, mille tingib ultraviolettkiirte neeldumine. Seetõttu kasutatakse eskuliini ka valgusevastastes kaitsesalvides.

Estsiin on kardiotoonilise toimega, vähendab kapillaaride läbilaskvust, hoiab ära tursete tekkimist, inhibeerib oksüdatiivseid protsesse, on põletikuvastane.

Hobukastani seemneid kasutatakse mitmesuguste preparaatide, nagu eskusaan, venostasiin, vasokastaan, vasotoniin jne. valmistamiseks. Neid kasutatakse välispidiselt ja sissevõetuna ödeemide, hemorroidide, veenilaiendite ja neist tingitud haavandite puhul. Samaks otstarbeks kasutatakse ka seemnetest valmistatud tinktuuri. Koort on kasutatud seedetegevuse ergutamiseks ja kroonilise kõhulahtisuse raviks, koorest valmistatud keedist ka välispidiselt paisete korral. Õite teed on tarvitatud kinnistina. Seemneid kasutati samuti nagu koort, peale selle veel köhavastase vahendina. Praetuna kasutati seemneid hemorroidaalsete verejooksude vastu. Koore ja vilja keedise valmistamisel võetakse ühekordseks annuseks 0,5—2 grammi droogi ½ klaasi vee kohta, õite tee valmistamisel — ühekordseks annuseks 2—4 grammi droogi klaasi keeva vee kohta.

11. Humal — *Humulus lupulus* L., *Cannabaceae.*

Metshumal, omal, tapud, tapunaadid, tapuvääned, viha, õlleviha.

Хмель обыкновенный.

Humal kasvab jõgede ja ojade kaldatihnikutes, varjukates niisketes kaldametsades ja metsaservadel, tihti ka kultiveeritavana elamute läheduses tapuaedades. Ta on mitmeaastane taim rohkete maasiseste horisontaalsete võsunditega, millest lähtuvad lisajuured ja varred. Vars on vänduv (paremale poole), 3—6 m pikk, kuni 1 cm jäme, kattunud kahetipuliste haakjate ronikarvadega. Lehed vastakud, pikarootsulised, ülemised ümardunud või munajad, alumised kolme- või viielõhesed, tömpide hõlmadega, saagjate servadega, pealt tumerohelised, lidus harjaskarvade tõttu väga karedad, alt heledamad, kattunud hõredate kollakate näärmekarvadega; abilehed munajad, terveservalised, enam-vähem kokku kasvanud. Humal on kahekojaline taim; isasõied hõredalt pöörisjad, kaenlasisesed, ebasarikjad; õiekroon 3 mm pikk, 5 valkjasrohelise õiekattelehega, 5 lühikese tolmukaga, kollaste tolmukapeadega; emasõied

tihedas käbitaolises ebapeas lühikeste okste otsas, kattunud näärmetega, lühiraolised. Õitseb juulis või augustis.

Praegu humalaid ravimina peaaegu ei tarvitata, kuid varem olid ravivahendiks humala emasõisikud, «käbid» — *strobuli Lupuli* — ja nendelt sõelumisel eraldatud näärmed — *glandulae Lupuli* ehk *Lupulinum.*

Käbisid lühikese raoga kogutakse veidi enne valmimist augusti keskel või lõpul, kui nad on rohekaskollased. Käbid tuleb kohe kuivatada väljas või õhurikkas ruumis õhukese kihina. Droogi moodustavad terved, mittepudenenud, rohekaskollakad käbid tugeva aromaatse lõhnaga ja teravalt mõru maitsega. Kollakaspruunid käbid on üle valminud ega kõlba droogiks.

Humalakäbid ja lupuliin sisaldavad mõruainet, eeterlikku õli, vaiku, kollast värvainet, palderjanhapet, trimetüülamiini, koliini.

Droogi on kasutatud rahustina ja valuvaigistina põie- ja neeruhaiguste puhul, ka närvi- ja südamehaiguste ravimisel rahustusvahendina (valokordiini koostises) ning unetuse korral. Tavaline annus: 1 teelusikatäiest humalakäbidest valmistada ühe klaasi keeva veega tee ja see

õhtul sisse võtta. Humal kuulub ka nn. rahustava tee[1] koostisse. Välispidiselt on kasutatud droogi hautisena reumavalude puhul. Humalakäbide keedist soovitatakse ka pea pesemiseks juuste väljalangemise korral.

Peamiselt kasutatakse humalaid õlletööstuses.

12. Ümaralehine huulhein — *Drosera rotundifolia* L., *Droseraceae*.

Huulhein, huulerohi, kõrvalusikas, kärbsepüüdja, mokahein, ohatserohi, päevalill, silmarohi, sooummur.

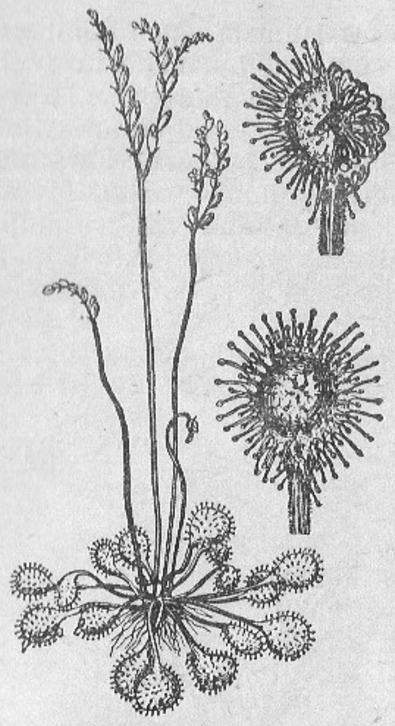
Росянка круглолистная.

Ümaralehine huulhein kasvab turbarabades, siirdesoodes mätastel, niiskel liivasel pinnasel. Ta on mitmeaastane 5—25 cm kõrgune taim niiditaoliste juurtega. Vars (õieraag) püstine, lihtne, enamasti üksikuna, vahel mitmena ühel lehekodarikul. Lehed juurmise kodarikuna, lehelaba ümmargune või piklik, alt roheline, pealt kattunud hulga punakate näärmekarvadega, mille tipul on sagedasti tilgake vedelat eritist; kõik lehed pikarootsulised, lamavad; õisik — pikk ühekülgne kobar; kroonlehti 5, valged, piklik-ümmargused, 4—6 mm pikad, ulatuvad tõmpidest tupplehtedest üle. Õitseb juunist augustini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal, aga hõredalt, peamiselt rabades tihedast taimkattest paljastunud kohtadel. Tuntud lihasööja taim.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Droserae*. Praegu tarvitatakse apteekides seda droogi vähe, kuid viimasel ajal on huvi huulheina vastu uuesti tõusnud.

Ürti kogutakse taime õitsemise ajal, juulis ja augustis. Taim tõmmatakse välja juurtega. Juured ühes eelmise aasta lehekodariku jäänustega eemaldatakse ja ürti kuivatatakse varjus tuuletõmbuselises kohas. Droogiks on terved taimed või purunenud taimeosad tumepunaste lehtedega, mis on kaetud pikkade pruunide näärmekarvadega. Lõhna ei ole, maitse on hapukasmõru. Niiskust võib droog

[1] Rahustav tee: humalaid ja palderjanijuuri à 1 osa, piparmündi- ja ubalehelehti à 2 osa. Segu võtta 1 supilusikatäis 2 klaasitäie keeva vee kohta ja leotada 30 minutit. Seda teed juua 2 korda päevas, hommikul ja õhtul, korraga pool klaasi.



sisaldada kuni 15%, peenikesi taimeosi, mis läbivad 1 mm² suuruste avadega sõela, kuni 5%; kõrvalisi lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab oksünaftokinooni derivaate, peamiselt plumbagiini (0,36—0,90%) ja droserooni, valku lõhustavat pepsiinitaolist ensüümi, õun-, sidrun-, äädik- ja sipelghapet.

Plumbagiin on veeauruga destilleeritav ja takistab juba lahjenduses 1:50 000 mõnede patogeensete mikroorganismide kasvu. Eriti tugevat toimet avaldab ta läkaköha pisikutesse. Droog on spasmolüütilise toimega, millega seletub ta köhavaigistav toime. Huulheina värsket mahla tarvitati välispidiselt vistrike ja koeranaelte raviks. Omal ajal kasutati huulheina kui palavikuvastast ja uriini eritumist soodustavat ravimit.

Läkaköha puhul tarvitatakse järgmist leotist: 25 grammi huulheina droogi kahe klaasi keeva vee kohta; võetakse 3 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga. Läkaköha puhul kasutatakse ka alkoholleotist (tinktuuri), mida võetakse 3 korda päevas 10—20 tilka.

Praegu on lubatud ümaralehise huulheina asemel kasutada ka pikalehist huulheina (*Drosera anglica* Huds.) ja vahelmist huulheina (*D. intermedia* Hayne). Pikalehisel huulheinal on lehed talbjas-liheaalsed, ulatuvad keskmiselt poole varre kõrguseni. Esineb raba vesistel kohtadel — umblaugastel, älvestel. Vahelmisel huulheinal on lehed talbjad või äraspidimunajad, õisiku raag peaaegu niisama pikk kui lehed, alusel kaarjalt tõusev. Esineb siirdesoodes ja kuivemates rabades, peamiselt Lääne-Eestis.

13. Väike igihali — *Vinca minor* L., *Apocynaceae.*

Барвинок малый.

Väike igihali on rohtjas poolpõõsas, mis Eesti NSV-s esineb ainult aia-ilutaimena, ka kalmistutel, parkides. Pärit Lõuna-Euroopast ja Kaukaasiast. Viljatud varred lamavad, juurduvad, viljalised aga püstised. Lehed vastakud, ellip-

tilised või süstjad, 1—2 cm laiad, igihaljad, nahkjad, läikivad, paljad, lühirootsulised. Õied sinised või lillakassinised, pikaraolised, üksikult lehekaenaldes. Kõrgus 15—20 cm. Õitseb mais ja juunis.

Droogiks kogutakse taime maapealseid osi. Kuivatatakse vilus. Pärast kuivatamist kolgitakse lehed varte küljest lahti. Saadakse droog *folium Vincae.*

Droog sisaldab indoolalkaloide. Kõige tähtsam neist on vinkamiin. Keemiliselt on vinkamiin lähedane reserpiinile ja teda kasutatakse hüpertooniatõve I ja II staadiumis. Toimelt on ta siiski nõrgem kui reserpiin. Vinkamiin on kasutusel devinkaani (*devincanum*) nime all. Tarvitatakse tablettidena (0,005—0,010 g).

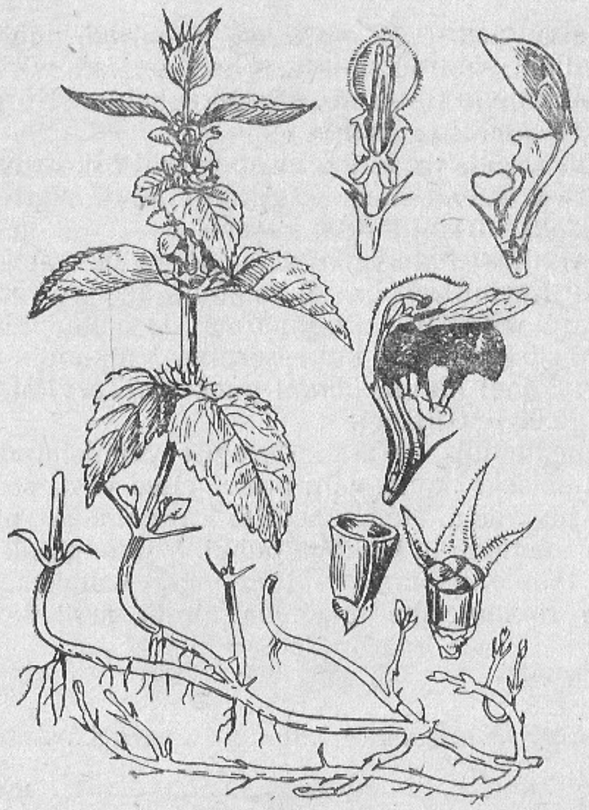
Rahvameditsiinis kasutati droogist valmistatud keedist suu loputamiseks hambavalu puhul, sisse võeti seda kõhulahtisuse jm. vastu. Homöopaatias kasutatakse verejooksu sulgeva vahendina ja ka köha puhul. Väike igihali on väga mürgine taim. Seepärast võib temast valmistatud ravimeid ja ravimvorme tarvitada ainult arsti korralduse kohaselt.

14. Valge iminõges — *Lamium album* L., *Labiatae.*

Emanõges, imelik, imenõges, imenogulane, mesinõges, mesilill, miiksmaasikad, naistenõges, nõgeslill, piibikaine, piimanõges, tiashain, valge piim, valge tigane, villnõges jne.

Яснотка белая, глухая крапива.

Valge iminõges kasvab elamute ümbruses kõnnustutel, teeservadel, prahipaikadel, aedades umbrohuna. Ta on mitmeaastane rohttaim lühikese roomava juurikaga, millest haruneb võsundeid. Vars on püstine või tõusev, enamasti oksine, neljakandiline, 30—60 cm kõrge. Lehed munajad, teritunud, südaja alusega, kuni 5 cm laiad, ebakorrapäraselt saagjad, mõlemalt küljelt karvased, rootsulised. Õied piimvalged, enamasti männasena varre ümber lehtede kaenlas; kroon kahehuuleline, pika putkega, kollakasvalgete huultega ja rohekate täppidega alumisel huulel; ülemine huul pikk, kumer; külghõlmadel üks suurem ja mitu väiksemat hammast; krooni putkes viltune karvaring. Tupp veidi kellukjas, pikkade, peenikeste, laiu-



vate tipmetega. Vili — pähklike. Õitseb maist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse õisi — *flores Lamii albi*, praegu apteekides võrdlemisi harva.

Kogutakse õiekroone ilma tupeta õitsemise ajal — maist septembrini. Võib ka koguda õisi tuppedega, kuid siis tuleb tuped hiljem eemaldada. Kuivatatakse õhukese kihina varjulises kohas, isegi pimendatud ruumis, et ära hoida värvuse muutumist.

Droogis võib olla niiskust mitte üle 14%, muid taimeosi peale õiekroonide mitte üle 3%. Erilist lõhna droogil ei ole, maitse on limane, kootav.

Droog sisaldab rohkesti lima, parkaineid, saponiine, eeterlikku õli (0,05%), C-vitamiini (0,72%), flavonoididest isokvertsitriini ja 3-glükosiid-kempferooli.

On kasutatud peamiselt rahvaravimina hingamisteede katarri puhul ja verejooksu tõkestava vahendina nii kopsu- kui ka emakaverejooksu puhul, samuti mao- ja

soolekatarri, maksa- ja põrnahaiguste, neeru- ja põiepõletiku ravimisel, uriinierituse soodustamiseks, skrofuloosi, lümfiteede põletiku ja valgevooluse puhul, aga ka unetusvastase vahendina. Eksperimentaalselt on tõestatud, et droogi alkoholleotis suurendab isoleeritud emaka kontraktsioone.

Annus: 1 supilusikatäis droogi 1 klaasi keeva vee kohta, lasta tõmbuda. Sisse võtta 3 korda päevas, korraga 1 supilusikatäis.

15. Haisev jooksjarohi — *Ononis arvensis* L., *Papilionaceae*.

Luutõverohi, luuvalurohi, luujooksvarohi, põld-jooksjarohi, soonejooksvarohi, tõhklane, õhklane.

Стальник пашенный.

Haisev jooksjarohi kasvab aruniitudel, sagedamini teede läheduses, tarade ääres, liivikutel. Vars on püstine või tõusev, tugev ja oksine, sagedasti punakaspruun, 30—60 cm pikk, pikkade eemalehoiduvate karvadega, mille vahel on tihti näärmekarvu. Lehed ülal lihtsad, all kolmetised, lehekesed piklik-elliptilised, hambulised, enamvähem teritunud, enamasti näärmekarvased, veidi halvalehalised. Õied liblikjad, roosad, harva valged või valkjad, kahekaupa lehtede kaenlas või ladva pool pikliku kobarana. Vili — paisunud kaun, lühem kui tupplehed. Õitseb juulis ja augustis. Esineb sagedamini Lääne- ja Põhja-Eestis ning saartel. Mujal kasvab harva või puudub koguni.

Ravimina kasutatakse haisva jooksjarohu juurt — *radix Ononidis*. Ametlikult võeti see droog apteekides kasutamisele alles hiljuti.

Jooksjarohu juuri kogutakse sügisel. Juured kaevatakse maast välja ning raputatakse mullast puhtaks. Maapealsed taimeosad lõigatakse ära. Juured pestakse külgejäänud mullast kiiresti jooksvas vees ja lastakse mõni päev kuivas kohas närbuda, selle järel aga hästi tuulutatavas ruumis õhukese kihina kuivada. Pikad juured lõigatakse lühemateks tükkideks.

Droogi moodustavad silinderjad või kandilised juured, kuni 40 cm pikad ja 0,5—2 cm jämedad. Väljast on juu-

red pruunid, seest kollakasvalged või hallid; neil on omapärane lõhn ja vastik mõrkjas maitse. Droogis lubatav niiskuse sisaldus on kuni 14%, tuhajääk 10%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid võib olla mitte rohkem kui 1—2%.

Jooksjarohu juured sisaldavad kahealuselist triterpeenalkoholi onotseriini, isoflavoonglükosiidi, ononiini ja tundmata struktuuriga glükosiidi onooni, vähesel määral eeterlikku ja rasvõli, vaiku, fenoolseid ühendeid ja mineraalsoolasid.

Jooksjarohu juure keedist tarvitatakse peamiselt hemorroidide raviks. Annused: võetakse 30 grammi droogi 1 liitri vee kohta; keedetakse seni, kuni on jäänud 1/2 liitrit vedelikku. Kurnatud vedelikku juuakse 3 korda päevas enne söömist, 1/4 klaasi korraga. Ravi kestab 2—4 nädalat.

Müügil on ka haisva jooksjarohu tinktuur — droogi alkoholväljatõmmatis, mida kasutatakse sama haiguse ravimiseks.

Haisva jooksjarohu keedist on tarvitatud ka uriinieritust soodustava vahendina ning palaviku ravimisel. Seda

soovitati ka raviks neeru- ja põiekivide ning -liiva puhul, reumaatiliste haiguste ja kroonilise ohatistõve korral. Eestis on selle taime keedist tarvitatud peamiselt jooksva puhul. Sellest on taim saanud ka oma rahvapärased nimed.

16. Harilik jõhvikas — *Oxycoccus palustris Pers.* (*O. quadripetalus* Gilib.), *Vacciniaceae.*

Jõhvikas, karbalad, kuremari, pluukna, rabamari, soomari, viinamari.

Клюква.

Harilik jõhvikas kasvab rabades, rabastunud soodes ja umbekasvavate järvede kallastel. Ta on mitmeaastane kääbuspõõsas. Vars on roomav, peenike, niiditaoliste lamavate punakate okstega, 15—30 cm pikk. Lehed väikesed, munajad või piklikud, teritunud, servast allapoole käärdunud, alt hallikasrohelised. Õied longus, pikkadel peenikestel raagudel, millel keskkohast kõrgemal on 2 väikest lehekest; õied asetsevad üksikult või kuni 4-õielistes sarikates; kroon korrapärane, 4 kroonlehega, helepunane või roosa; tupp 4-jagune. Vili — tumepunane läikiv hapu maitsega mari, kuni 1 cm läbimõõdus. Õitseb juunist augustini. Marjad valmivad hilissügisel. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse jõhvika marjadest valmistatud mahlajooki ehk morssi. Viimase valmistamiseks oli varem ka apteekides müügil koondatud jõhvika mahl, ekstrakt — *extractum Oxycocci.* Kuna see on rohkem toiduaine kui ravim, pole seda nüüd enam apteekides müügil, vaid selle kaubastamine toimub toiduainete kaupluste kaudu.

Jõhvikaid võib koguda kolmel ajal. Septembris kogutud marjad on kõvad, kuid sobivad ületalve hoidmiseks veega ülevalatult, kusjuures toimub nende järelküpsemine ja pehmenemine. Et vältida liiga varajast kogumist, mis kahjustab taimi ning halvendab marjade kvaliteeti, on kehtestatud kindel kogumise aja algus, millest tuleb kinni pidada ka marjade kogumisel oma tarbeks. Hilissügisel pärast öökülmi ja kerget külma kogutud marjad on maitselt parimad, kuid neid saab hoida vaid jäätunult. Vara-

kevadel kogutakse talvel lume all olnud marju; need on magusamad, kuid mittesäilivad.

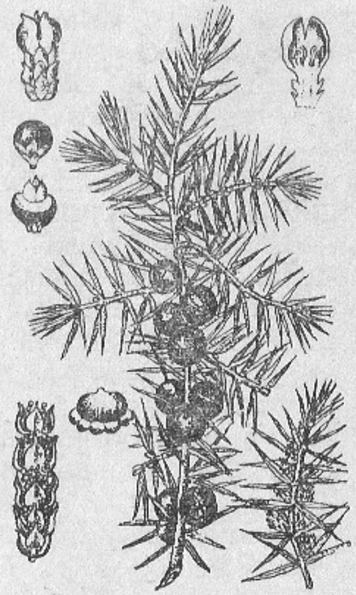
Marju on lubatud koguda ainult käsitsi. Kogumiskammide kasutamine kahjustab jõhvika taimi ning vähendab järgmise aasta saaki.

Jõhvikamahl sisaldab kuni 5% orgaanilisi happeid; nendest on tähtsamad sidrun- ja kiinahape. Mahl sisaldab ka suhkrut, pektiinaineid, bensoehappe glükosiidi vaktsiniini. C-vitamiini on mahlas väga vähe, ainult 10—22 mg%.

Jõhvika ekstraktist või värsketest marjadest keetmisel valmistatud mahlajook parandab kõrge palavikuga haigete enesetunnet. Rahvaravimina süüakse suhkruga magustatud jõhvikamarju kõrge vererõhu alandamiseks.

Laialdaselt kasutatakse jõhvikamahla maitsva karastava joogi — morsi — valmistamiseks.

Jõhvikamarju ja neist valmistatud ekstrakte ei ole soovitatav tarvitada maksahaiguste, maomahla ülihappesuse ja haavandtõve puhul.



17. Harilik kadakas — *Juniperus communis* L., *Cupressaceae*.

Kadagas, kadajas, katai, kattai, murepuu.

Можжевельник обыкновенный.

Harilik kadakas kasvab väga mitmesugusel pinnasel karjamaadel, niitudel, metsades, alapuistus. Ta on peamiselt põõsas, kuni 3 m kõrge, harva ka puu, kuni 10 m kõrge. Kasvukujult väga mitmesugune. Tüved põõsas enamasti tõusvalt, oksad rõhtsalt või tõusvalt. Koor hallikaspruun, kestendav, noorelt punakaspruun.

Okkad (lehed) 1—1,5 cm pikad, lineaalsed, nõeljad, enamasti hallrohelised või helerohelised, pealmiselt pinnalt madalalt renjad, ühe valkjama triibuga, alumiselt pinnalt läikivad, nüri andruga, pikalt teritunud tipuga. Kadakas on kahekojaline; isasõied kollased, üksikult, väga lühikese varrega; emasõied pungataolised, väikesed, rohelised, 2 mm pikad. Viljad kerajad, meenutavad marju, noorelt rohelised, valminult sinakasmustad, sinaka kirmega; valmivad teisel aastal pärast õitsemist. Õitseb mais ja juunis. Levinud kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse täiesti valminud vilju, sinakasmusti marju — *fructus Juniperi* ehk *baccae Juniperi*.

Kogutakse sügisel, augustist oktoobrini, noppides marju kas käsitsi või raputades neid põõsa alla pandud linale või tihedale roguskile. Põõsast marju maha rapsida ei ole soovitatav, sest siis tulevad kaasa ka rohelised, toored marjad. Peale selle kahjustab rapsimine või keppidega peksmine põõsast, mistõttu järgmistel aastatel marjade saak tugevasti langeb. Kogutud marjad sõelutakse, et eemaldada okkaid ja muud prügi. Kuivatatakse soojas ruumis (temperatuuril mitte üle 40 °C) õhukese kihina. Ahjus kuivatamine ei ole lubatav, sest siis muutuvad marjad kortsuliseks ja kõlbmatuks.

Kuivatatud marjad on pruunikasmustad. Standardnõuded: niiskust mitte üle 20%, pruune marju (kaasa arvatud rohelised — 0,5%) alla 10%, orgaanilisi lisandeid kuni 1%. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 3 aastat.

Droog sisaldab 0,5—2% eeterlikku õli, mis koosneb bitsüklilistest terpeenidest (pineen, kamfeen jt.), seskviterpeenidest (kadineen jt.) ning monotsüklilistest terpeenidest (terpineen, fellandreen jt.); peale selle on droogis kuni 40% suhkruid, kuni 9% vaiku, kollast pigmenti juniperiini, orgaanilisi happeid jt.

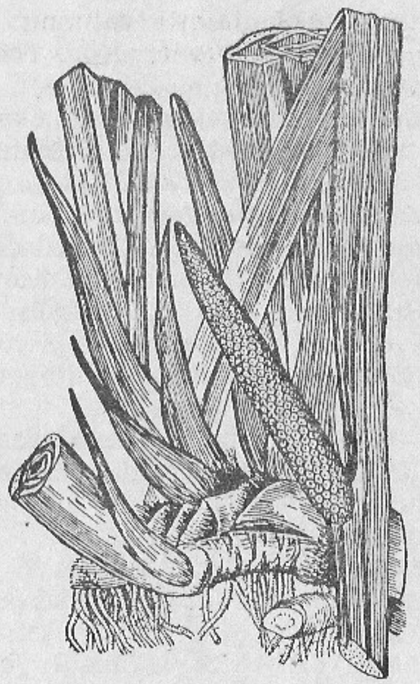
Kasutatakse uriinieritust ja seedimist soodustava vahendina. On andmeid, et kadakamarjad avaldavad soodsat toimet neerude alatalitluse korral ning takistavad mao- ja soolegaaside tekkimist. Annused: tee valmistamiseks 10 grammi peenestatud marju 1 klaasi vee kohta. Jahutatud teed võtta 3 või 4 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga. Neerupõletiku (nefriidi ja nefrosonefriidi) puhul ei tule kadakamarjateed tarvitada, sest see võib neerusid liigselt ärritada.

Peenestatud kadakamarju kasutatakse ka loomade ravimisel uriinierituse soodustamiseks.

Marjadest valmistatakse eeterlikku õli — *oleum Juniperi baccarum*. Sama õli leidub ka kadakaokastes. Viimane on katsetamisel fütontsiidina[1] valgevooluse raviks.

Kadakamarju tarvitatakse ka maitseainena likööride ja õlle valmistamisel. Inglismaal, Hollandis jm. kasutatakse kadakamarju džinni nime all tuntud viina valmistamisel.

[1] Fütontsiidideks nimetatakse taimse päritoluga aineid, mis hävitavad pisikuid ja isegi surmavad putukaid.



18. Kalmus — *Acorus calamus* L., *Araceae*.

Heinsaks, jõekalmud, jõemõõgad, kalbus, luhamõõk, taterselg, täder, tütrejuur, valumõõk, võhandumõõk.

Аир болотный.

Kalmus kasvab jõe- ja järvekallastel, harvemini tiigikallastel, riimveelompides rannikul. Ta on mitmeaastane rohttaim, 60—150 cm kõrge, esineb enamasti tiheda kogumikuna. Juurikas on tume, horisontaalselt roomav, kuni 3 cm jäme, võrdlemisi pikk, enamasti harunev, aromaatselt lõhnav; juured asetsevad juurika alumisel küljel, tavaliselt pikiridadena. Vars on rohtjas, kahetahuliselt lehistunud, alusel punakas, tõlvikust kõrgemal muutub pikaks, lineaalseks, lehetaoliseks. Lehed on mõõkjad, lineaalsed, teritunud, kuni 1,5 cm laiad, alusel sagedasti punakad. Õied näilikult külgmise tõlvikuna, mõlemasugulised; õiekattelehti 6, nad on äraspidimunajad, otsast sisse-

poole käändunud; tolmukaid 6, sigimik piklik, 2- või 3-pesaline; emakakael pole märgatav. Õitseb juunis ja juulis. Esineb sagedamini Lõuna-Eestis.

Ravimina kasutatakse kalmuse juurikat — *rhizoma Calami* — ja sellest toodetud eeterlikku õli — *oleum Calami.*

Juurikaid kogutakse varakevadel, aprillis-mais, või sügisel, septembris-oktoobris, mil juurdepääs kasvukohtadele on vähema vee tõttu kergem. Korjatakse käsitsi või labida ja hangu abil. Juurikad pestakse hästi puhtaks, lõigatakse ära lehtede alumised osad ja juured ning lastakse mõned päevad närbuda. Siis lõigatakse juurikad põiki tükkideks pikkusega mitte üle 20 cm, jämedamad juurikad lõhestatakse ka pikuti. Tükeldatud juurikad kuivatatakse tuuletõmbuselistes katusealustes või ka ahju peal, temperatuuril 30—35 °C (mitte üle selle), kuni juurikad painutamisel murduvad.

Kalmuse juurika silinderjad või lapikud tükid on 0,5—1,5 cm paksud. Välispind on kollakaspruun, vahel ka rohekashall, murdepind aga valkjasroosa, mõnikord kollaka või roheka varjundiga. Lõhn tugev, aromaatne, maitse vürtsikas, mõru. Nõuded droogi kohta on järgmised: niiskuse sisaldus kuni 14%; tuha üldjääk alla 6%; pruuni murdepinnaga juurikaid kuni 6%; lehtedest ja juurtest halvasti puhastatud juurikaosi alla 5%; orgaanilisi lisandeid kuni 1%; mineraalaineid mitte üle 2%.

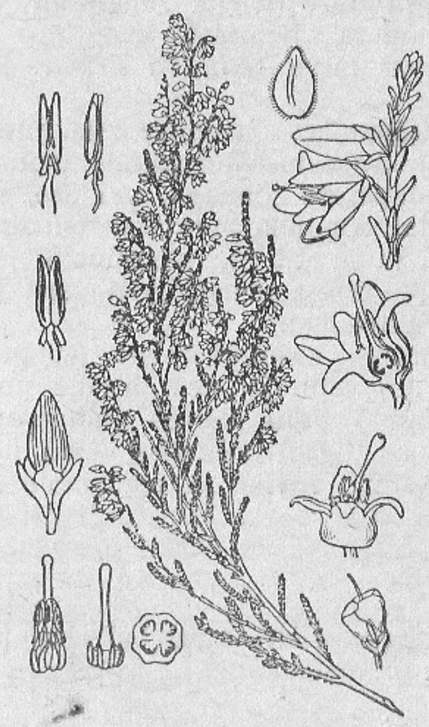
Droog sisaldab kuni 4,8% eeterlikku õli, mille olulisemaks koostisaineks on asaroon (trimetoksüfenüülpropüleen), seskviterpeenid ning mono- ja bitsüklilised terpeenid. Lõhna annab peamiselt asarüülaldehüüd. Peale selle sisaldab droog veel mõru glükosiidi akoriini, parkaineid jne.

Kalmusedroog on seedetegevust ergutav vahend; avaldab head toimet kõhupuhituse (soolegaaside) korral. Soovitatav kasutada teena või alkoholleotisena (kalmusetilgad). Kalmuseteed on tarvitatud ka neerukivide puhul. Teeks võetakse 1—2 grammi droogi ½ klaasi vee kohta. See kogus juuakse enne söömist. Kalmusejuurika pulbrit tarvitatakse ka hambapulbri ja puudri lisandina. Skrofuloossete laste vannitamisel pannakse kalmusejuurika tükke vannivette. Alkoholleotist määratakse annuses 15—30 tilka enne söömist.

Ka loomadele antakse kalmusejuurika keedist kõhulahtisuse ja isutuse korral, lehmadele aga piimarikete vältimiseks.

Laialdaselt on levinud komme panna värskeid kalmuse lehti ja juurikaid toapõrandale kirpude tõrjeks; samaks otstarbeks pistetakse neid ka magamiskottidesse ning puistatakse juurikapulbrit vooditesse.

Kalmusejuurikat kasutatakse tema lõhnaainete tõttu ka parfümeeriatööstuses ning maitse- ja lõhnaainena viina- ja likööritööstuses.



19. Kanarbik — *Calluna vulgaris* (L.) Hill, *Ericaceae.*

Kamaras, kamarik, kanaharg, kanabrohi, kanarad, kanerma, kanepirohi, nõmm, nõmmerohi, rabakamar, soo-kanaarg.

Вереск обыкновенный.

Kanarbik kasvab kuivades metsades, nõmmedel, liivikutel, raiesmikel, luidetel, ka rabamännikutes. Ta on mitme-

aastane kääbuspõõsas, 20—60 cm kõrge. Vars püstine või tõusev, paljas või veidi lühikarvane. Lehed väga kitsad ja lühikesed, peaaegu nõeljad, asetsevad katusekivide taoliselt, enamasti 4-realiselt. Õied väikesed, kellukjad, lillapunased, harva valged, neljalõhesed, lühiraolised, okste otsas ühekülgse kobarana; õiekroon tupest umbes poole lühem, mõlemad ühesuguse värvusega; kroon- ja tupplehti 4, tolmukapead lisemega. Vili — kupar. Õitseb juulist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Kanarbik ei kuulu praegu ametlikult ravimtaimede hulka. Varem oli ta ravimtaim, kusjuures kasutati peamiselt ta õitsevat latva — *herba Ericae*. Droog toimib diureetiliselt.

Kanarbikku kogutakse õitsemise ajal, juulist septembrini, ja kuivatatakse katusealustes laialilaotatuna.

Droog on omapärase lõhnaga, vaiguse, mõrkja maitsega, sisaldab flavoonglükosiide (kvertsitriin ja müritsitriin), arbutiini (kuni 1,5%), parkaineid jm. Mesilased leiavad kanarbiku õitest sügisel mesinestet ja kanarbikumesi on hea kvaliteediga.

Kanarbiku droogi kasutati teena (40 grammi 1 liitri keeva vee kohta) sapi- ja neerukivide puhul, annuses $^1/_2$ klaasi korraga 1 kord päevas. Rahvaravimina tarvitati kanarbikuteed liigse rasvumise vastu, närvide rahustamiseks, maokatarri raviks ja maomahla liigse happesuse korral.

20. Karumustikas, must belladonna — *Atropa belladonna* L., *Solanaceae*.

Belladonna, hullkirss, hundimarjad, päris-maruhein, ussimarjad.

Белладонна, красавка белладонна.

Karumustikas kasvab meil vaid kultuuris ravimtaimena. Ta on mitmeaastane rohttaim, 60—150 cm kõrge, tugeva oksise juurega. Vars püstine, oksine, näärmekas-pehmekarvane, eriti ülemises osas. Lehed munajad või munajas-elliptilised, teritunud, terveservalised, lühirootsulised või ahenevad leherootsuks. Õied määrdunud-punakassinised, alusel kollakaspruunid, üksikult, longus; kroon kellukjas,

korrapärane, viie lühikese tipmega; tupp samuti kellukjas, sügavalt viiejagune; tolmukad lühemad kui õiekroon, emakakael ulatub veidi välja. Vili — läikiv must mari, ümmargune, kirsitaoline, sinaka mahlaga. Õitseb juunist augustini. Eestis kasvatatakse võrdlemisi harva. Juur ei talu temperatuuri alla —10 °C.

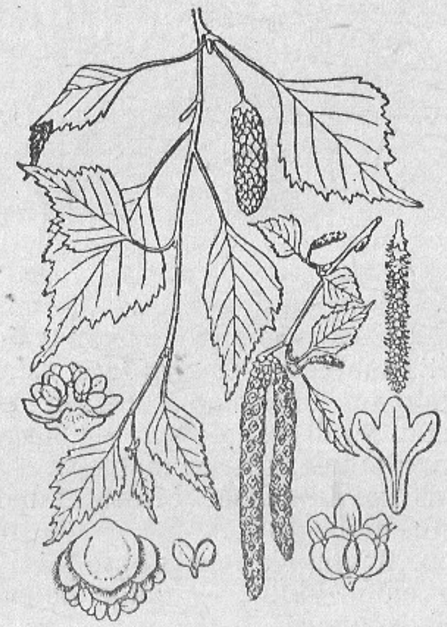
Mürgine taim. Ravimina kasutatakse lehti — *folia Belladonnae*, harvemini juurt — *radix Belladonnae* — ja ürti — *herba Belladonnae*.

Karumustika kõik osad sisaldavad tugevatoimelisi alkaloide, peamiselt l-hüostsüamiini ja l-skopolamiini. Need mõlemad on optiliselt aktiivse troopahappe ja aminoalkoholide tropiini või skopiini estrid. Isoleerimise käigus, ka ekstraktide valmistamisel muutub l-hüostsüamiin optiliselt inaktiivseks (ratseemiliseks) atropiiniks. Alkaloide on juurtes ja lehtedes kuni 1,2%, vartes kuni 0,65%. Taim sisaldab ka glükosiidi metüüleskuliini (=skopoliini). Glükosiidi hüdrolüüsil tekib 6-metoksü-7-hüdroksükumariin

(=skopoletiin=metüüleskuletiin=krüsatroopahape). Viimasel ei ole füsioloogilist toimet ning ta on aluselises keskkonnas tugeva sinise fluorestsentsiga. Selle kaudu on mürgitust karumustikaga hõlbus ära tunda.

Kasutatakse esmajoones lehti alkoholleotise (karumustikatinktuuri) ja kuivekstrakti valmistamiseks. Harvemini kasutatakse juuri kuivekstraktina (korbellatabletid) ja ka mahlana (sukradbell). Peale nende müüakse apteekides kõhuvaluravimina bekarboontablette (belladonna ekstrakt söögisoodaga) ja teisi ravivahendeid.

Et karumustika kõik osad ja nende saadused on mürgised, siis kuuluvad need preparaadid väljastamisele peamiselt arstiretseptide alusel.



21. Arukask — *Betula pendula* Roth, *Betulaceae.*

Arukõiv, leinakask, maakask, maarjakask, niidukask, nurmekõiv, raunakask, õmmik.

Береза бородавчатая.

Arukask kasvab puis-aruniitudel, segametsades seljakutel ja kinkudel, teeäärtel, elamute ümbruses. Ta on puu

või põõsas. Tüvi on sirge, alusel vahel veidi kaarjalt kõverdunud, kattunud valge tohuga, vanemad puud tüve alumises osas paksu ja kõva tumeda korbaga, mida läbivad sügavad rõmed ülalt alla; võra kuhikjas või piklik, vanemad oksad pikkade peenikeste väätidena allarippuvad; noored võrsed enamasti paljad, karvastumata, punakaspruunid, väikeste vahatäpikestega. Kogu puu kuni 25 m kõrge. Lehed kolmnurkselt rombjad, pikalt terava tipuga, paljad, nahkjad, kõvad, kahelisaagja servaga, noorelt veidi kleepuvad, 6 või 7 paari külgroodudega. Isasõied hõredalt kuni 10 cm pikkustes rippuvates urbades, emasõitega urvad 2—4 cm pikad, jämedad, tihedalt asetsevate õitega, algul kollakasrohelised, pärast helepruunid. Vilja kattesoomused pruunikad. Õitseb aprillis ja mais. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Sookask — *Betula pubescens* Ehrh., *Betulaceae.*

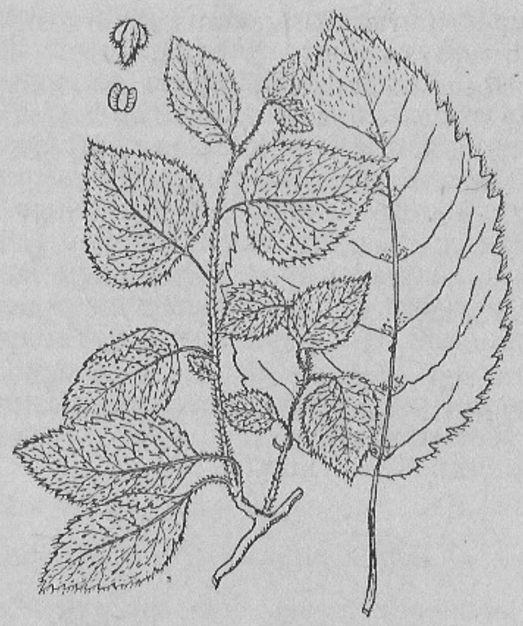
Emakask, laanekask, maarja-emakask, portukask, raudkask, sokikask, sookõiv, valge kask.

Береза пушистая.

Sookask, kuni 30 m kõrgune puu, kasvab sooniitudel, niisketes metsades, puisniitudel, võsastikes, moodustades kohati tihedaid kaasikuid. Tüvi sirge, kattunud valge tohuga; korp puudub või on õige õhuke; rõmed puuduvad; võra ümardunud, oksad tõusvalt püstised ega ripu väätidena alla; noored võrsed udemeliselt karvastunud, vahatäpikesteta, vanemalt ka paljad, tumepruunid või tumerohelised. Lehed munajad või rombjasmunajad, lühidalt teritunud tipuga, 3—5 cm pikad, 1,5—3,5 cm laiad, lihtsalt jämesaagjad, noorelt karvastunud, vanemalt paljad, 5 või 6 paari külgroodudega, pealt tumerohelised, alt heledamad, kõvad ja nahkjad, eriti vanemalt, lühikese rootsuga. Isasurvad rootsutud, piklik-ruljad, rippuvad, kuni 8 cm pikad; emasurvad silinderjad, rohekad või helepruunid, algul püstised, pärast longus, 2,5—4 cm pikad, 6—10 mm jämedad. Õitseb aprillis ja mais. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Arukask ja sookask annavad peaaegu sama väärtusega droogi, seepärast käsitletakse neid siin ühiselt.

Ravimina kasutatakse peamiselt kasepungi — *gemmae*



Betulae, kaselehti — *folia Betulae* — ja kasepuitu ühes koorega kasetõrva — *pix Betulae* — saamiseks. Kasemahla joovad haiged kosutusvahendina.

K a s e p u n g i kogutakse nende paisumise ajal, sest siis on nad eriti aromaatsed ja vaigused. Pungad ei tohi olla veel puhkenud. Pungade kogumine on otstarbekohane seostada metsalõikuse ja luudade valmistamisega. Maharaiutud kaskedelt lõigatakse luudadeks paraja pikkusega oksad ja maetakse lume alla. Väikestes kogustes tuuakse oksad köetud ruumi, asetatakse tarbe korral vette ja lastakse pungadel paisuda. Seejärel viiakse oksad tagasi välja ja kuivatatakse külmas tuuletõmbuses. Kuivanud okstelt roobitsetakse või kolgitakse pungad maha, puhastatakse okste jäänustest ja kuivatatakse toatemperatuuril üle. Oksad kasutatakse luudade valmistamiseks. Paisunud pungadega oksi ärgu kuivatatagu soojas ruumis, sest siis võivad pungad kergesti puhkeda. Kevadel pungade paisumise ajal lõigatud oksad kuivatatakse vilus heas tuuletõmbuses. Tuleb jälgida, et oksad oleksid lõigatud pungade paisumise perioodi algul, muidu võivad pungad, olenevalt temperatuurist, kuivatamisel kergesti puhkeda ja droogi kõlbmatuks muuta.

Droogina peavad pungad olema täiesti kuivad. Niiskust võib droogis olla kuni 13%, lisandeid (oksi, urbi jne.) kuni 8%, puhkenud pungi kuni 2%, orgaanilisi ja mineraalaineid kuni 1%.

Pungad sisaldavad paksu, kollakat, palsami lõhnaga eeterlikku õli (3,5—5,3%). Selle olulisemad koostisained on bitsüklilised seskviterpeenid betuleen ja betulool. Peale nende ainete on pungades vaiku, C-vitamiini, saponiine, parkaineid, flavonoide ja värskelt ka tugeva antibiootilise toimega aineid.

Kase pungi kasutatakse sapi-, uriini- ja higierituse soodustamiseks. Rahvameditsiinis on neid tarvitatud alkoholleotisena sissehõõrumiseks liigesevalude puhul ning sissevõtmiseks krampide ja maotegevuse häirete puhul, isegi kopsutuberkuloosi korral. Sissevõtmisel tuleb jälgida, et ei tekiks neerude ärritust vaikainete mõjul.

Tee valmistamiseks võetakse 1 teelusikatäis pungi ½ klaasi kuuma vee kohta. See kogus juuakse ühe päeva jooksul.

K a s e l e h t i kogutakse suve algul, mais ja juunis, kui lehed on täiesti puhkenud, kuid alles aromaatsed (samal ajal valmistatakse kaseokstest ka saunavihtu). Lehti võib noppida otse kaseokstelt või lõigata oksad koos lehtedega ja nad hiljem lehtedest puhtaks roobitseda. Kuivatatakse õhukese kihina tuuletõmbuselises katusealuses. Kase lehti ei kasutata ametliku ravimina, seepärast ei ole nende kohta standardnõudeid.

Lehed sisaldavad samu aineid mis pungad, kusjuures eeterlikku õli on vähem ja saponiine rohkem.

On kasutatud kaseleheteed uriinierituse soodustamiseks. See vahend ei ärrita neerusid. Tee valmistamiseks võtta 20 grammi lehti, valada neile 2 klaasitäit kuuma vett, lasta jahtuda ja lisada 0,2 grammi söögisoodat; siis lasta 6 tundi seista, kurnata ja juua ½ klaasi iga 4 tunni järel.

K a s e t õ r v on omapärase lõhnaga tumepruun vedelik. Seda valmistatakse kasepuidust vastavates tehastes. Koosneb peamiselt ühe- ja kahealuselistest fenoolidest ja vaigust ning on desinfitseeriva toimega. Kasutatakse laialdaselt mitmesuguste nahahaiguste, ka sügeliste raviks.

22. Soo-kassiurb — *Gnaphalium uliginosum* L., *Compositae.*

Kärnarohi, nahkkoirohi, paganapea, salakoirohi, sammapoolerohi, sammaspoolikuhain, soo-kassikäpp.

Сушеница болотная.

Soo-kassiurb kasvab mudaaukudes, kuivanud kraavide põhjas, ajuti üleujutatavatel kohtadel pärast vee kuivamist, niisketel teeäärtel, madalatel põldudel, turbaaukudes ja mujal, kus on tarvilikul määral niiskust ning pehmet muda ja mulda. Ta on üheaastane rohttaim peenikese käävja juurega. Vars on 3—15 cm kõrge, alusel hästi oksine, püstine, harvemini ringitaoliselt laiuv või lamav, hall- või valgeviltjas. Lehed on lineaalsed, veidi mõlajad, 2—4 mm laiad, ühe rooga, alusel ahenevad, tömbid või teravad, samuti nagu vars võidunult hall- või valgevilt-

jad. Õied valkjad või kollakasvalged; korvõisikud keradena okste ladvas, ümbritsetud süstjate, teravate, helepruunide, otsast tumedamate kattelehtedega. Õisiku põhi peaaegu lame, paljas. Õitseb juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse ürti — *herba Gnaphalii uliginosi.* Soo-kassiurba kogutakse õitsemise ajal, juulist septembrini, koos juurtega. Tuleb hoiduda kogumast ka mets-kassiurba[1] ja põld-paganapead[2], sest need taimed sarnanevad soo-kassiurvaga. Kuivatatakse varjulises kohas, kuni ürt hakkab segamisel kahisema. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna 3 aastat.

Droogi moodustavad kuivad hallviltjad taimed loomuliku värvusega ja omapärase lõhnaga. Niiskust võib droog sisaldada mitte üle 13%, kõrvalisi taimi ja mulda mitte üle 2%; põletamisel jääb droogist kuni 20% tuhka.

Droog on keemiliselt veel vähe uuritud. Ürt sisaldab üle 30 mg% karotiini (A-provitamiin), 16% vaiku, 4% parkaineid, 0,05% eeterlikku õli.

Droogi kasutatakse veresoonte laiendamiseks ja vererõhu alandamiseks, peamiselt teena, harvemini jalavannidena. Veresooni laiendav ja vererõhku alandav toime ilmneb ainult hüpertooniatõve esimeses staadiumis. Tarvitatakse ka haavandtõve raviks. Salvina, õli- ja vesileotisena kasutatakse välispidiselt raskelt paranevate haavade ja põletushaavade raviks.

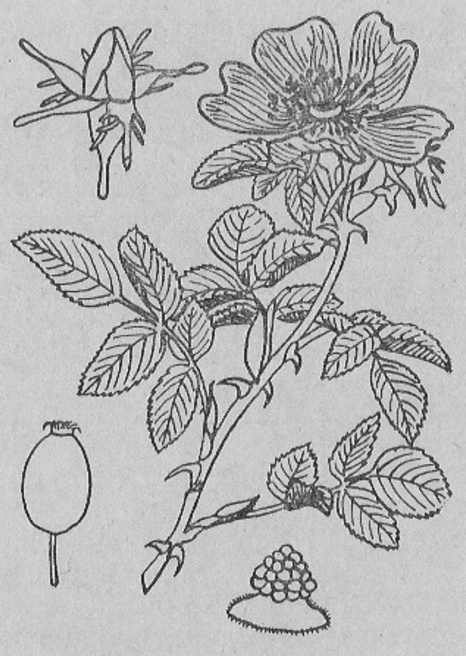
Tee valmistamiseks tuleb võtta 3 supilusikatäit peenestatud droogi ühe klaasi keeva vee kohta; teed võetakse 1 supilusikatäis pool tundi enne söömist, 3 või 4 korda päevas.

Jalavanniks võetakse 50,0 g droogi.

---

[1] Mets-kassiurb (*Gnaphalium sylvaticum* L.) on mitmeaastane rohttaim. Vars lihtne, püstine, peaaegu oksteta, 20—40 cm kõrge. Kasvab metsaservadel ja -sihtidel, enamasti kuival pinnasel.

[2] Põld-paganapea (*Filago arvensis* L.) kasvab peamiselt kuivadel liivikutel, liivastel põldudel jne. Ta on üheaastane rohttaim; vars 10—30 cm kõrge, alumises osas lihtne, püstine, ülemises oksine. Lehed süstjad, valgevillased. Kogu taim peaaegu lumivalge. Õitseb juulis ja augustis. Õisiku põhi kumer, keskelt paljas, äärest sõkaldega. Õisikud mitte ainult okste tipul, vaid ka ülemiste lehtede kaenlas, moodustades kobarja liitõisiku. Üldkattes puuduvad pruunid lehed.



23. Harilik kibuvits — *Rosa vosagiaca* Desp. (*R. afzeliana* Fr., *R. glauca* Vill.), *Rosaceae*.

Haukaküüds, hiibalpuu, kibun, kibusk, kibuskipuu, kiuspuu, kjõbus, koidukann, okasroos, orjavits, piigipuu, pistlepuu, tahtapuu jne.

Шиповник, роза седая, р. Афцелиуса.

Harilik kibuvits kasvab puisniitudel, paekalda serval, kinkudel, tarade ääres, väikeste saarte rannavallidel. Ta on kuni 2 m kõrgune põõsas lookjate või kaarjate võrsetega, mille ogad on sirpjalt kõverdunud ja võrdlemisi väikesed. Koor on enamasti punakas või roheline, sagedasti kattunud sinkja vahakirmega. Lehed paaritusulgjad, 5—7 lehekesega; lehekesed elliptilised või munajad, alusel ahenenud, teravatipulised, servast tihedalt saagjad, pealt rohelised, alt sinirohelised, tipmine leheke külgmistest suurem. Õied viietised, korrapärased, heleroosad, üksikult või kahe- kuni viiekaupa õisikutes; tupplehed seest ja servast karvased, pärast õitsemist püstised või laiuvad, säilivad viljal kaua. Vili — piklik, lühikese raoga, hele-

punane, harva kollakas «mari». Õitseb juunis ja juulis. Esineb meil sagedamini läänesaartel ja mandri põhjaosas, mujal kohati.

Ravimina kasutatakse mitmete kibuvitsaliikide vilju, «marju» — *fructus Rosae* ehk *fructus Cynosbati*, Eestis peamiselt hariliku kibuvitsa vilju.

Võib kasutada ka teiste kibuvitsaliikide vilju, kui nad sisaldavad C-vitamiini üle 1%. Sama kehtib ka hariliku kibuvitsa marjade kohta. Sagedamini esinevatest liikidest on eriti C-vitamiini-rikkad mets-kibuvitsa — *Rosa majalis* J. Herrm. (*R. cinnamomea* L.) — marjad. Kurd-lehise ehk kartuliroosi (*Rosa rugosa* Thunb.) viljad on küll suured, kuid sisaldavad C-vitamiini sageli alla 1%.

Marjad kogutakse veidi aega enne valmimist, kui nad on juba punased, aga veel mitte pehmed. Koguda võib kuni külmade algamiseni septembris ja oktoobris. Külmast kannatanud marjad kaotavad kuivatamisel palju C-vitamiini. Marju nopitakse ettevaatlikult, neid mitte muljudes ja nende koort mitte rikkudes, sest vigastatud marjadest droog läheb kergesti hallitama. Marjad droogiks peavad olema ilma varreta ja tupplehtedeta. Kuivatada tuleb võimalikult kiiresti kas kuivatis või ahjus, kus temperatuur ei ületa 70—80 °C. Kuivamine toimub neis tingimustes 5—6 tunni jooksul. Tarvitamiskõlblikuna säilib droog mitte üle 2 aasta.

Droogi moodustavad loomuliku hele- või oranžpunase värvusega lõhnata kibuvitsamarjad kortsunud välispinnaga, hapukasmagusa, kergelt kootava maitsega. Niiskust võib droogis olla maksimaalselt 14%, varsi, oksi, tupplehti ja varrega vilju alla 1%, tumedaks muutunud, kõrbenud ja vigastatud marju ei tohi olla üle 1%, 3-millimeetriste avadega sõela läbivaid marjaosi mitte üle 3%.

Kibuvitsamarjad on rikkad C-vitamiinist (kuni 5,5% ehk 5500 mg%). Tavaliselt kõigub C-vitamiini sisaldus 2—3% piires. C-vitamiini sisaldus määratakse apteegis droogi vastuvõtmisel. Vähese C-vitamiini-sisaldusega droogi võib oma tarbeks ära kasutada, sest ka siis, kui kibuvitsamarjade C-vitamiini-sisaldus on alla normi (alla 1%), on see ikkagi suurem kui teistes marjades. Kibuvitsamarjad sisaldavad veel B_2- (3 mg%), K- (0,4 mg%) ja P-vitamiini (kuni 2,2%), karotiini (8—54 mg%), flavoonglükosiide kempferooli ja kvertsetiini,

suhkruid (kuni 18%), pektiini (3,7%), orgaanilisi happeid (1,8%). Seemned sisaldavad rasvõli koos E-vitamiiniga.

Droogi kasutatakse vitamiinide allikana, eriti talvel, kui looduslikke vitamiine leidub toidus vähe. Peale selle on ta hea sapinõristi, mis sapihulka tunduvalt suurendab. Kuulub vitamiintee[1] koostisse.

Tervetest kibuvitsamarjadest valmistatakse leotis järgmiselt: 20 grammi (1 supilusikatäis) kuivatatud marju asetatakse kaanega kaetud emailitud nõusse. Valatakse peale 1 klaasitäis keeva vett, keedetakse 10 minutit, lastakse 22—24 tundi tõmbuda ja kurnatakse. Juuakse 2 korda päevas, 1/4—1/2 klaasi korraga. Lastele antakse korraga 1/8—1/4 klaasi. Maitsestamiseks lisatakse suhkrut või siirupit.

Kibuvitsamarjadest võib valmistada ka moosi või neid vekkida. Suur suhkrusisaldus takistab C-vitamiini lagunemist. Keeta tuleb emailitud nõus, vältides kokkupuudet raua ja vasega, mis katalüütiliselt soodustavad C-vitamiini lagunemist.

Apteekides on müügil järgmised preparaadid: kibuvitsasiirup — pudelites mahuga 250 ml; kibuvitsamarjad — pakkides kaaluga 100 grammi; maksahaiguste raviks siirup kolosass — pudelites mahuga 200—300 ml.

Kolosassi valmistatakse koera-kibuvitsa (*R. canina* L.) seemnetest ja viljadest. Eesti NSV-s esineb see liik ainult Saaremaal üksikutes kohtades. Marjad sisaldavad C-vitamiini 0,2—0,9%.

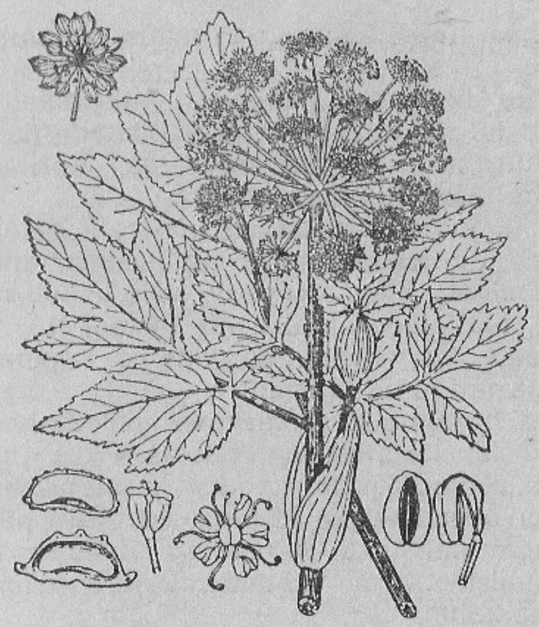
24. Harilik kikkaputk — *Archangelica officinalis* (Moench) Hoffm. (*Angelica archangelica* L.), *Umbelliferae*.

Kikkapütsk, suur pütsik.

Дягиль лекарственный.

Kikkaputk kasvab jõekallastel, mererannikul, niisketes võsastikes. Ta on kaheaastane taim jämeda tõmbi ja haru-

[1] Vitamiinteed: tee nr. 1 — kibuvitsamarju ja musti sõstraid võrdselt; tee nr. 2 — kibuvitsa- ja pihlakamarju võrdselt.
Võetakse 2 teelusikatäit marjasegu 2 klaasitäie keeva vee kohta, lastakse 1 tund tõmbuda, kurnatakse ja lisatakse maitse järgi suhkrut. Juuakse 3 või 4 korda päevas, korraga 1/2 klaasi.



nenud pruuni juurikaga. Vars on jäme, ümmargune, veidi sooniline, seest õõnes, oksine, ülemises osas paljas või vaid õisiku alt karvane, 70—200 cm kõrge. Lehed enamasti kaheli- või kolmelisulgjad, helerohelised; leherootsud ümmargused, õõnsad, lehetuped kotjad või põisjad; sulglehekeste otsmised tipmed sügavalt kolmelõhesed, teritunud, ebaühtlaselt ogateravad või saagjad, alt sinakasrohelised. Õied rohekasvalged, sarikana varre või okste ladvas, sarikad suured, poolkerajad; katis puudub või on üheleheline, osakatis mitmeleheline. Vili tiivuliste roietega, paljas. Kogu taim on aromaatselt lõhnav, maitselt algul magus, pärast terav, mõrkjas. Õitseb juunis ja juulis. Kasvatatakse ka vürtstaimena. Eesti NSV-s haruldane.

Ravimina kasutatakse juurikaid koos juurtega — *radix Angelicae*. Praegu Eesti NSV apteekides seda droogi müügil ei ole. Kasutatakse üldiselt ka vähe.

Kikkaputke juurikaid kogutakse kevadel, taime teisel kasvuaastal, või esimese kasvuaasta sügisel. Väljakaevatud juurikad pestakse hoolikalt külma veega ja taime maapealsed osad lõigatakse maha otse varre aluselt. Kui-

vatatakse hea tuuletõmbusega ruumis, katusealuses või isegi väljas.

Kikkaputke lihakad, rõngasjad, välispinnalt pruunid, harva hallid juurikad on põimunud pikkade (kuni 20 cm) juurtega. Juurika murdepind on valge; juurikas on aromaatse lõhna ja mõrkja maitsega.

Juurikas ja juured sisaldavad kuni 1% eeterlikku õli, mis koosneb dα-fellandreenist, α-pineenist, alkoholidest, seskviterpeenidest, hapetest; peale selle leidub neis vaiku, mõruaineid, parkaineid, kumariine (ostool jt.), furokumariini derivaate (angelitsiin, bergapteen, imperatoriin jt.), tärklist, suhkruid ja fütosteriini.

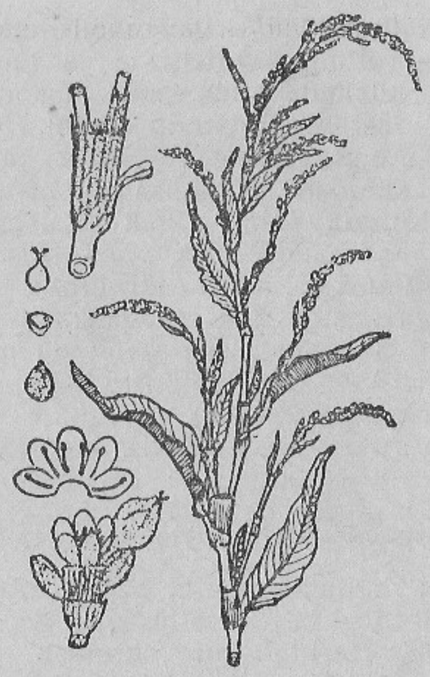
Droog on higistamist soodustava, põletikuvastase toimega; soodustab ka seedenäärmete tegevust ning kõrvaldab mao ja soole spasme. Keedist kasutatakse spasmide vastu ja isuvahendina, ka külmetushaiguste puhul higistina ja röga lahtistava vahendina. Keedise ühekordse annuse valmistamiseks võetakse 2—4 grammi droogi ½ klaasi vee kohta.

25. Mõru kirburohi — *Polygonum hydropiper* L., *Polygonaceae*.

Keelekipikad, konnarohi, liigendrohi, mõruhein, mõrõläsnäk, põlverohi, vesipipar, vihahein, viharohi.

Горец перечный, водяной перец.

Mõru kirburohi kasvab kraavides, sillutamata teedel, mudaaukudes, tiigikallastel, lompides, niisketes metsades, üleujutatavatel kohtadel. Ta on üheaastane rohttaim, kuni 60 cm kõrge; kogu taim on maitselt piparkibe. Vars on püstine või tõusev, oksine, paljas, sõlmekohtadel enamasti veidi jämenenud; tõri lühike, põisjalt paisunud, pinnal paljas, serval pikkade ripsmetega, ülemised tõrved ripsmeteta. Lehed laisüstjad, mõlemast otsast ahenenud, paljad, servast lühikeste karvade tõttu karedad, keskkohast allpool kõige laiemad, märgatavate roodudega, vastu valgust vaadates näärmetest täpilised; vahel lehe pinnal must laik. Õied väikesed, värvuseta, pikliku lookleva ebapeana; kroon punakas või rohekas; tolmukaid 6, emakakaelu 2 või 3. Vili elliptiline, teritunud, 2—3 mm pikk, läiketa. Õitseb juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.



Ravimiks kogutakse mõru kirburohu ürti — *herba Polygoni hydropiperis*.

Kogumine[1] toimub õitsemise ajal, juulist augustini. Taimed lõigatakse või niidetakse 10—15 cm kõrguselt maapinnast; kõrvaldatakse muud taimed, jämedad varreosad ja koltunud lehed. Kuivatatakse varjulises tuuletõmbusega ruumis õhukese kihina, tihti keerates. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat.

Droogiks on 30—45 cm pikkused lehtedega ja rohekasroosade õitega rohelised, sageli ka punakad, ilma lõhnata varred; taime terav piparkibe maitse kaob kuivatamisel. Niiskust tohib droogis olla kuni 14%, peenikesi taimeosi (lehti, õisi, vilju) kuni 10%, pruune või musti taimeosi alla 2%, orgaanilisi lisandeid (muid taimi) kuni 3%; tuhajääk mitte üle 8%.

[1] Kirburohu perekonda kuulub palju liike, millest mõned on mõru kirburohuga väga sarnased (näiteks väike kirburohi — *Polygonum minus* Huds.), mille õiekate on ilma pruunide täppideta ja millel värskelt ei ole piparkibedat maitset. Selle tunnuse järgi saab vältida ebaõiget liiki taimede kogumist. Kuivanult ei ole ka mõru kirburohu ürt kibe.

Droog sisaldab 2—2,5% flavonooli derivaate (nendest glükosiididena rutiini, kvertsitriini ja hüperosiidi, kaaliumbisulfaadi estritena ramnasiini ja isoramnetiini ning vabadena kvertsetiini ja kempferooli). Peale selle on droogis veel 3,8% parkaineid, orgaanilisi happeid. Mõnede autorite järgi sisaldab droog ka glükosiidi polügopiperiini, mis põhjustab emaka kontraktsioone, ja K-vitamiini.

Praegu kasutatakse mõru kirburohu vedelekstrakti esmajoones naistehaiguste ravis emakaverejooksu puhul, kus ta asendab tungalteraekstrakti ja kanada koldjuure ekstrakti. Tarvitatakse ka sisemiste verejooksude korral (välist verejooksu ei tõkesta) ja kuulub hemorroidivastaste a n e s t e s o o l - k ü ü n a l d e koostisse.

26. Koera-pöörirohi — *Hyoscyamus niger* L., *Solanaceae.*

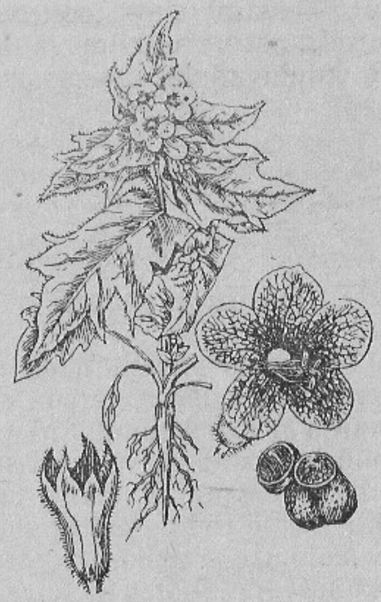
Hammashain, hullukoerahein, hullukoeraputk, hullukoerarohi, hull-tubakas, koera-hullupöörirohi, koerapärarohi, maruhain, marutubakas, oksehein, pinipussuhain, pöörirohi, rumalakoeralill.

Белена черная.

Koera-pöörirohi kasvab karjatänavatel, teeservadel, prahipaikadel, tarade ääres. Ta on ühe- või kaheaastane rohttaim, 30—60 cm kõrge, kleepuvate näärmekarvadega, veidi vastiku lõhnaga. Vars püstine, oksine, jäme, pihkaselt karedakarvane. Lehed piklikmunajad, lainjalt hambulised, hõlmised, rootsulised või (ülemised) vart ümbritsevad, tihedalt udemelised, kleepuvad, juurmised lehed kodarikuna, rootsulised. Õied määrdunudkollased, violetsete roodudega, võrdlemisi suured, lühiraolised; kroon lehterjas, 5 kroonlehega; tupp kellukjas, 5 laia teritunud tipmega, säilib ka valminud viljal; õied tipmises ühekülgses võnkõisikus. Vili — ümmargune pealt avanev kupar hulga seemnetega. Õitseb juunist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Koera-pöörirohi on mürktaim. Ravimina kasutatakse ta lehti — *folia Hyoscyami.*

Kogutakse kuiva ilmaga kas esimese kasvuaasta juurmisi lehti (juulis, augustis) või teise aasta varrelehti õitsemise algul (juunis). Nopitakse peamiselt hästi arenenud



terved lehed, hoidudes neid pigistamast. Lehed asetatakse korvi ja kuivatatakse tuuletõmbuses (soovitatavalt plekkkatusega pööningul) õhukese kihina; lehti tuleb sagedasti pöörata, et neil ei tekiks pruune laike. Pärast lehtede korjamist pestagu hoolikalt käsi, et vältida mürgitust. Pesemata kätega mitte silmi puudutada!

Droogil säilib lehtede loomulik roheline värvus. Niiskust ei tohi droog sisaldada üle 14%; mustaks või pruuniks muutunud lehti võib olla kuni 3%, muid taimeosi kuni 5%, orgaanilisi lisandeid kuni 1%, mineraalseid lisandeid mitte üle 1%. Lehe rakkudes on rohkesti kaltsiumoksalaadi kristalle, seetõttu on ka üldine tuhasisaldus küllaltki suur (lubatud kuni 20%, sealhulgas 10%-lises soolhappes lahustumatut tuhka mitte üle 10%). Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat.

Sisaldab mürgiseid alkaloide, peamiselt hüostsüamiini ja skopolamiini. Alkaloidide üldhulk peab olema vähemalt 0,05%.

Koera-pöörirohu droogi kasutatakse ainult arsti ettekirjutuse kohaselt rahustava vahendina parkinsonismi puhul ning valuvaigistava ravimina. Välispidiselt tarvitatakse

koera-pöörirohu õliekstrakti — *oleum Hyoscyami* — nahasse hõõrumiseks närvi- ja reumavalude puhul. Koera-pöörirohu lehed kuuluvad ka astmavastase tubaka (astmatooli) koostisse.

27. Koirohi — *Artemisia absinthium* L., *Compositae*.

Koihein, pälim, pälimhain, pälün, pänül, pujurohi, vihand.

Полынь горькая.

Koirohi kasvab kuivadel rannaniitudel, liivikutel, karjamaadel, sagedamini aga õuedes, tarade ääres ja kõnnustutel kas metsikult või metsistunult. Ta on mitmeaastane rohttaim, puitunud juurikatega. Vars on 40—60 cm kõrge, püstine, oksine, hästi lehistunud. Lehed on kaheli- ja kolmeli-sulglõhised, süstjate tömpunud tippudega, siidviltjad, lõhnavad, mõru maiguga, alumised rootsulised, ülemised rootsutud. Õied kollased; putkõied mõlemasugulised, servas vaid emasõied väljaulatuvate emakasuudmetega. Korvõisikud peaaegu kerajad, lühiraolised, enamasti longus, paljude hulgaõieliseks pööriseks koondunud nuttidega. Õitseb juulist septembrini. Eesti NSV-s esineb metsikult harva (vahel mererannikul liivikutel), sagedamini aga kultiveeritavana aedades.

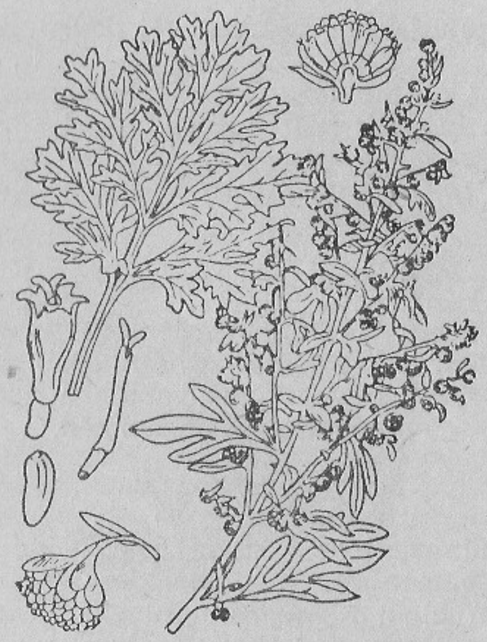
Ravimina kasutatakse taime ladvaosa koos lehtedega — *herba Absinthii*, aga ka lehti — *folia Absinthii*.

Koirohtu kogutakse õitsemise eel, juunis-juulis; kuivatatakse varjulises kohas.

Droogi moodustavad ladvaosad pikkusega kuni 25 cm, kusjuures korvõisikute läbimõõt on kuni 4 mm. Lõhn aromaatne, eriti hõõrumisel, maitse väga mõru. Niiskust võib droog sisaldada kuni 13%, pruune ja kollaseid leheosi mitte üle 3%, varreosi läbimõõduga üle 3 mm kuni 3%, mineraalaineid kuni 1,5%; soolhappes lahustumatu tuhajääk peab olema alla 3%.

Droog sisaldab mõruaine glükosiide absintiini ja anabsintiini umbes 0,5%, eeterlikku õli 0,5—2%, artemisetiini (flavonoid), vähesel hulgal parkainet, vaiku, õun- ja merivaikhapet, fütontsiide, C-vitamiini (0,12—0,54%, arvestatuna kuiva taime kohta), karotiini.

Eeterlik õli sisaldab asuleene ja on seetõttu rohekassinine. Asuleenid tekivad destilleerimisel mõrudest glükosiididest. Vaheproduktina on avastatud artabsiin, mis destillatsioonil hamasuleeniks muutub. Eeterlik õli on tujüülalkoholi ja tujooni sisalduse tõttu mürgine.



Koirohi kuulub teaduslikult tunnustatud ravimtaimede nomenklatuuri, on aga tuntud ka rahvameditsiinis kui mitmekülgse toimega vahend. Teda kasutatakse tinktuurina esmajoones söögiisu tõstmiseks, maomahla ülihappesuse ning mao- ja soolegaaside vähendamiseks, halva suuleha kaotamiseks, kõhulahtisuse ja kroonilise kõhukinnisuse, maksahaiguste ja ainevahetushäirete ravimisel. Ei ole soovitatav tarvitada pikaajaliselt suurtes annustes nn. koirohuviinana, sest see võib esile kutsuda närvihäireid. Koirohtu kasutatakse ka teena (1 teelusikatäis kuivatatud koirohulehti 2 klaasitäie keeva vee kohta). Koirohu tarvitamisega ei tohi liialdada, sest ta võib esile kutsuda lihasekrampe, peapööritust jne.

Koirohi kuulub ka s ö ö g i i s u t e e koostisse (koirohuürti 8 osa, raudrohuürti 2 osa); valmistamiseks võetakse 1 teelusikatäis ürdisegu 2 klaasi keeva vee kohta. Lastakse jahtuda, kurnatakse ja võetakse 2 või 3 korda

päevas 1 supilusikatäis veerand või pool tundi enne söömist.

Apteekides on müügil mitmeid preparaate, mille koostisse kuulub koirohi: koirohutilgad — *tinctura Absinthii*, koirohu ekstrakt — *extractum Absinthii spissum*, mõrutinktuur — *tinctura amara*, mõru tee — *species amara*.

28. Karukold — *Lycopodium clavatum* L., *Lycopodiaceae*.

Anekold, hanetiburohi, hanetõberohi, kahetusekold, koerakollad, kuusealused, kuuseraiad, nõiakaetsed, rebaseraided, rebasereinud, reburaig, riburaigas, vareksevarbad, õuemaied.

Плаун булавовидный.

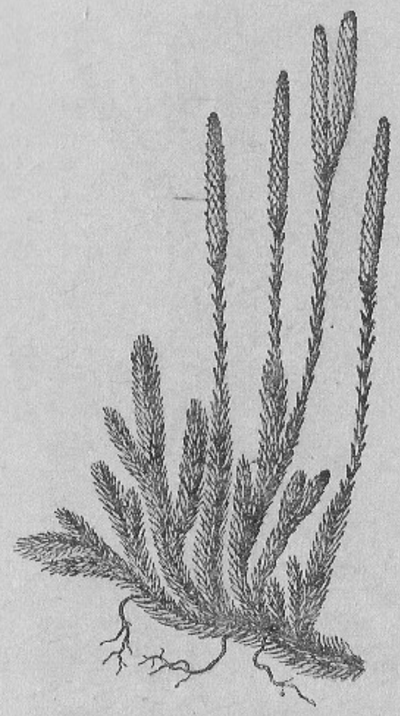
Karukold, mitmeaastane eostaim, kasvab kuivades kuusemetsades, segametsades ja nõmmedel. Vars on roomav, kuni 180 cm pikk, tugevasti harunev. Lehed rohelised või kollakasrohelised, naaskeljad, ahenevad tipus pikaks valkjaks karvaks; asetsevad tihedalt varre ümber. Eospead kuni 6 cm pikal kandjal, üksikult või kahekaupa, harva kolmekaupa, eoslehed (sporofüllid) kollakasrohelised, hiljem helekollased, munajad, 2—3 mm pikad, 2 mm laiad, teritunud tipuga, korrapäraselt hambulise servaga. Eosed arenevad juulist septembrini; massina on nad valkjaskollased. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Apteekides kasutatakse karukolla eoseid — *Lycopodium*.

Karukolla eospäid kogutakse enne valmimist, kui nad ei ole veel kollaseks muutunud, lõigates ettevaatlikult kääridega, sest valminud eospeades lõhkevad sporofüllid kergesti, eriti kuiva ja palava ilmaga, ning eosed paiskuvad laiali. Taimi ei tohi mingil juhul juurtega üles kiskuda, sest sellega hävitataks pikaldaselt arenevate taimede kasvukoht.

On soovitatav, et kogumine tõimuks niiske ilmaga või hommikul vara, enne kaste kuivamist. Eospead kogutakse tihedasse vineerkasti või tihedast riidest kotti. Hiljem kuivatatakse eospead tugeval paberil õhukese kihina. Eospead avanevad ise või nad klopitakse tühjaks. Eosed sõelutakse läbi peene jõhv- või siidsõela ja säilitatakse kindlalt suletavas nõus.

Karukolla eoseid ei tohi sõeluda ruumis,



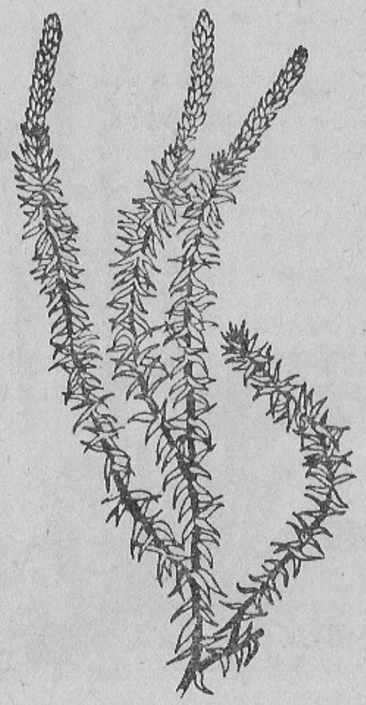
kus on lahtine tuli, sest tolmuna õhus hõljuvad eosed on plahvatusohtlikud.

Kuivad eosed on valkjaskollased, eriti suures koguses. Droog ei tohi sisaldada niiskust üle 6%, siidsõela (nr. 16) mitteläbivaid osakesi peab olema alla 0,2%; tuhajääk võib olla kuni 3%. Mineraalsed lisandid ei ole lubatavad.

Eosed sisaldavad mittekuivavat rasvõli (kuni 50%), mis koosneb õli-, steariin-, palmitiin-, müristiin-, arahhis-, lükopoodium-, tanatseet- ja dioksüsteariinhappe glütseriididest, proteiine, fütosteriini, suhkrut, mineraalaineid.

Karukolla eoseid kasutatakse apteekides esmajoones abimaterjalina — ravimpillide valmistamisel nende ülepuistamiseks; nad on tarvitusel ka imikupuudrina ja neid puistatakse haudunud varvaste vahele ning mujale, kus higistamisel tekivad valusad hõõrdunud kohad. Tehnikas kasutatakse karukolla eoseid metalli valuvormide ülepuistamiseks.

Peale karukolla eoste on lubatud kasutada ka kattekolla ja vareskolla eoseid.



Kattekold — *Lycopodium annotinum* L., *Lycopodiaceae.*

Плаун годовалый, п. годичный.

Kattekold, sagedaim kollaliik Eestis, on niiskete kuuse- ja segametsade taim. Eospead asuvad ühekaupa vahetult varre harude tipus. Lehed kuni 7 mm pikad, teritunud ogaterava tipuga; asetsevad varrel suhteliselt hõredalt, on rõhtsalt harevad või allapoole käänduvad.

Vareskold — *Lycopodium complanatum* L., *Lycopodiaceae.*

Плаун обоюдоострый, п. сплюснутый.

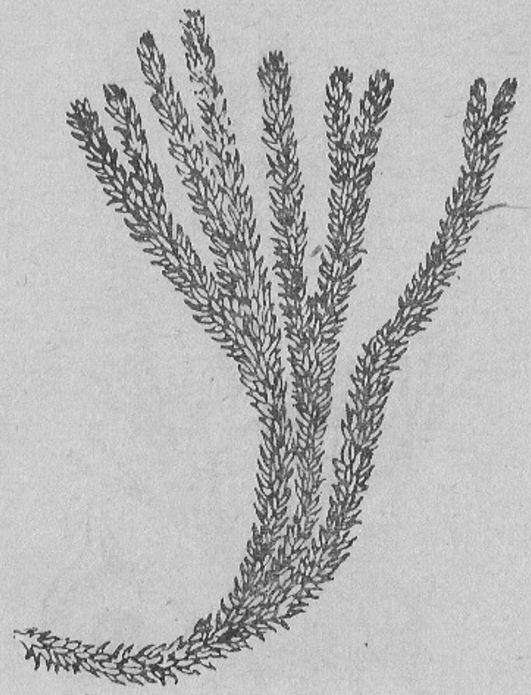
Vareskold on nõmmede ja kuivade männimetsade taim. Vars on enamasti maasisene, püstiste roheliste tutjalt või lehvikjalt asetsevate maapealsete okstega; need on kuni

40 cm kõrged, korduvalt dihhotoomselt harunevad. Varreharud lapikud. Lehed soomusjad, hõredalt nelja reana. Eospead enamasti mitmekaupa muust taimest selgesti erineva kandja tipus.

29. Ungrukold — *Huperzia selago* (L.) Bernh. ex Schrank et Mart. (*Lycopodium selago* L.), *Lycopodiaceae.*

Плаун баранец.

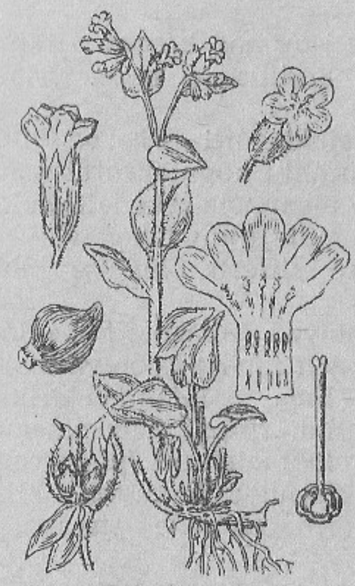
Ungrukold esineb meil üsna harva varjukais kuuse- ja segametsades. Vars 5—30 cm kõrge, peaaegu püstine või alusel veidi tõusev, harud varrele ligistunud, enam või vähem sama kõrguseni ulatuvad, sageli tihedate kimpudena. Lehed lineaalsüstjad, kuni 9 mm pikad, teritunud tipuga. Sporangiume kandvad lehed ei erine teistest lehtedest, ei ole eospeadeks koondunud.



Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Selaginis*. Ungrukolla ürti võib koguda kogu suve jooksul. Kasutatakse enamasti värskelt, aga ka (vilus) kuivatatult.

Droog sisaldab 0,6—1,1% alkaloide, peamiselt selagiini.

Rahvameditsiinis on ungrukolla ürti kasutatud abortiivumina. Praegu kasutatakse kroonilise alkoholismi ravis tingitud oksendamisrefleksi väljakujundamiseks. Värskest ürdist valmistatud vesiväljatõmmatis tekitab 2—6 tundi kestva iiveldustunde ja väiksemagi ärrituse puhul oksendamise. Alkoholi tarvitamine ja suitsetamine tugevdab iiveldust. Keedis valmistatakse 5%-lisena. Keedetakse 10 minutit. Ühekordne annus 80—100 ml. Akuutselt kulgevate haiguste puhul ei või ungrukolla keedist kasutada.



30. Harilik kopsurohi — *Pulmonaria officinalis* L., *Boraginaceae*.

Kopsutõverohi, maksarohi, maltsrohi, mesilill, metstubakas, põletusrohi, püünaadid, rämmelgakõrvad, sapirohi, võtmekeeled.

Медуница лекарственная.

Harilik kopsurohi kasvab salumetsades, kallakutel, nõlvadel, paekaldaalusel. Ta on mitmeaastane rohttaim, 10—30 cm kõrge. Vars on püstine, lihtne, kattunud lühikeste karedate karvadega. Lehed karedakarvased, munajad või piklikmunajad südaja alusega, juurmised lehed pikaroot-sulised, alumised lehed piklikud, ülemised veidi laskuvad. Õied algul roosad, pärast sinivioletsed; õiekroon korrapärane, pika putkega, putke neel soomusteta, servis viietipmeline; tupp kellukjas või lehterjas, viiehambaline või viiejagune, hästi karvane, vilja valmimisel suurenev; tol-

mukaid 5, enamasti on nad krooni putkes peidus. Vili — pähklike. Õitseb aprillis ja mais. Esineb Eesti NSV-s sagedasti.

Ravimina kasutatakse ürti — *herba Pulmonariae.*

Harilikku kopsurohtu kogutakse õitsemise ajal, murdes või lõigates varre maapinna lähedalt, hoidudes taime liigsest muljumisest, mille tõttu lehed võivad mustaks muutuda. Kuivatatakse kiiresti õhukese kihina heas tuuletõmbuses.

Droogi moodustavad taimeosad on loomuliku värvusega, lõhnata, nõrgalt limase-kootava maitsega.

Droog sisaldab lima, polüfenooliderikkaid parkaineid, karotiini, C-vitamiini, rutiini, mikroelemente, eriti mangaani, kuni 15% mineraalaineid (peamiselt ränihappe soolasid). Mangaan stimuleerib kasvu, aktiviseerib B_1-vitamiini ja reguleerib mõnede sisesekretsiooninäärmete tööd.

Harilik kopsurohi on rahvameditsiinis juba õige ammu olnud tarvitusel köhavastase ja röga lahtistava vahendina. Apteekides praegu ei kasutata.

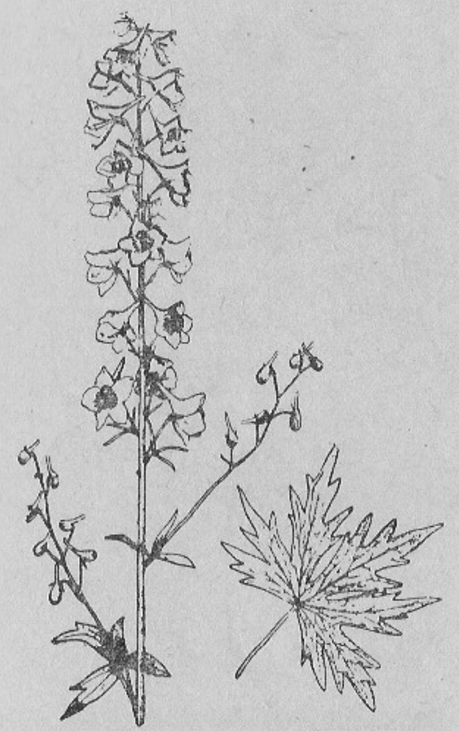
31. Kõrge kukekannus — *Delphinium elatum* L., *Ranunculaceae.*

Живокость высокая.

Kõrge kukekannus on 80—200 cm kõrgune mitmeaastane, meil aedades kultiveeritav ilutaim. Vars õõnes, paljas. Lehed sõrmjalt jagunenud, 8—9 cm pikad ja 15—16 cm laiad. Õied sinised, kannusega, pikkades kobarates. Nektaariume 4, kroonjad, neist 2 ülemist kannusega, alumised pügaldunud tipuga, valgeripsmelise pinnaga, mustjaspruunid. Vili — 1,5 cm pikkune kukkur. Õitseb juunist augustini. Kasvatatakse Eesti NSV-s kõikjal, metsikult ei esine. Palju liht- ja täidisõielisi sorte.

Kõrge kukekannus kuulub mürgiste taimede hulka. Ravimite valmistamiseks kasutatakse taime maapealset osa — *herba Delphini elati.* Droog kogutakse õitsemise ajal. Varre ülemised osad lõigatakse ära ja kuivatatakse vilus või köetud ruumis.

Droog ei tohi sisaldada üle 14% niiskust, põletamisel

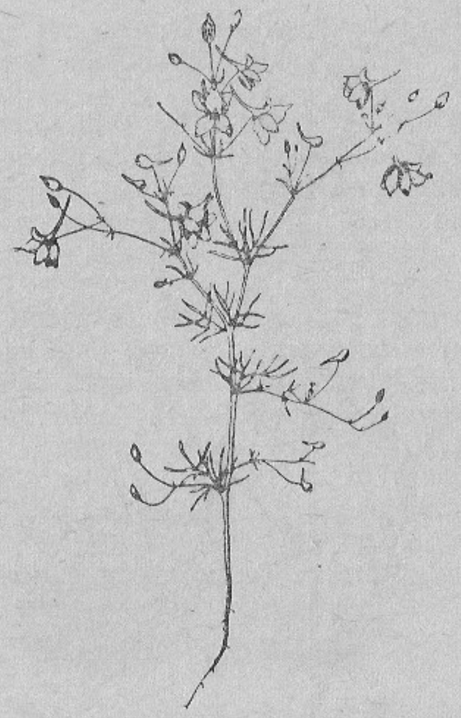


ei tohi jätta üle 12% tuhka. Lehti ja õisi peab droogis olema vähemalt 40%.

Sisaldab kuni 1,3% alkaloide, peamiselt eldeliini ja elatiini. Alkaloidide sisaldus on väga varieeruv, sõltub kasvukohast ja taime arenemisastmest. Sellest tingituna on taimest leitud ka delfeliini, delatiini, lükoktoniini ja metüüllükakonitiini.

Ürdist toodetakse alkaloidi elatiini. Preparaat on müügil tablettidena. Elatiin on samasuguse toimega nagu kuraare. Kasutatakse lihaste toonuse vähendamiseks ja motoorse aktiivsuse pidurdamiseks, peamiselt haiguste puhul, millega kaasneb lihaste toonuse tõus. Tarvitatakse ainult arsti ettekirjutusel.

Droog tööstuse jaoks saadakse peamiselt Kesk-Aasiast. Elatiinile lähedaste preparaatide valmistamiseks kasutatakse ka teisi Kesk-Aasias kasvavaid liike, nagu *D. confusum* M. Pop., *D. dictyocarpum* DC., *D. rotundifolium* Afan.



Eesti NSV-s kasvab peamiselt nisu- ja rukkipõldudel ning teede ääres umbrohuna sinakaslillade kannuseliste õitega 25—50 cm kõrgune üheaastane umbrohi põldvaresjalg ehk põld-kukekannus — *Consolida regalis* S. F. Gray (*Delphinium consolida* L.) Ka see taim on mürgine, sisaldades kõrge kukekannuse alkaloididele lähedasi alkaloide (delkosiin, delsoliin, konsolidiin, delsoniin, lükoktoniin, antranoüüllükoktoniin). Meditsiinis praegu ei kasutata. Varem (rahvameditsiinis mõnel maal veel praegugi) kasutati tema õisi — *flores Calcatrippae* — ja seemneid — *semen Calcatrippae* — sügeliste vastu ja täide hävitamiseks; taime näriti igemete paistetuse ja suukoopa haavandite ravimiseks. On kasutatud ka uriinierituse soodustamiseks ja soole ussnugiliste tõrjeks. Põld-varesjalga kasvatatakse ka ilutaimena ning loetakse heaks meetaimeks.

32. Harilik kukerpuu — *Berberis vulgaris* L., *Berberidaceae.*

Барбарис обыкновенный.

Harilik kukerpuu on 2—3 (5) m kõrgune rohkesti harunev põõsas. Noored võrsed kollakad või kollakaspunased, vanemad hallikad. Lühivõrseid palju, lehed kinnituvad neile kimpudena. Astlad, mis on muundunud lehed, asuvad lühivõrsete alusel ja on vanematel võrsetel kolmeharulised, noortel aga harunemata, 1—2 cm pikad. Lehed elliptilised kuni äraspidimunajad, peen-ogajalt saagja servaga, 3—6 cm pikad, 1,5—3 cm laiad. Lehelaba aheneb kiiljalt 1,5—2 cm pikkuseks leherootsuks. Õitseb mais, juunis, õied kollased, 15—20-kaupa 4—6 cm pikkustes kobarataolistes rippuvates õisikutes, sisaldavad mesinestet. Vili on 0,8—1,2 cm pikkune punane mari kahe, harvemini kolme seemnega. Kasvab loodudel, võsastikes, teeservadel, metsades, parkides, aedades, eriti rohkesti Lääne-Eestis. Dekoratiivpõõsana talub hästi kärpimist. Puit on helekollane, hästi poleeritav. Viljad on hapuka maitsega, söödavad, kasutatakse keediste valmistamiseks.

Nad sisaldavad 6,6% õunhapet, sidrunhapet, viinhapet, glükoosi ja fruktoosi. Ilupõõsana ei soovitata harilikku kukerpuud väga laialdaselt kasvatada, sest ta on kõrrerooste vaheperemees.

Hariliku kukerpuu kõik organid sisaldavad alkaloide. Nende saamiseks kasutatakse peamiselt juuri ja lehti — *folium et radix Berberidis*. Kõige rikkam alkaloididest on juurte koor.

Lehti kogutakse pärast õitsemist. Et vältida torkimist, lõigatakse kääridega lühivõrsed koos lehtedega. Juuri kogutakse sügisel septembris-oktoobris. Põõsas raiutakse maha, juured kaevatakse labidaga maa seest välja, pestakse, kuivatatakse vilus. Juured on pinnalt pruunid, seest sidrunkollased.

Droog sisaldab kuni 0,1% alkaloide berberiini, oksüakantiini, palmatiini, kolumbamiini, peale selle parkaineid, jälgedena eeterlikku õli. Alkaloididest kasutatakse ainult berberiini. Berberiin on spasmolüütilise toimega, vähendab valusündroomi, soodustab sapi eritumist. Kasutatakse hepatiitide, hepatokoletsüstiitide ja sapikivide puhul. Lehtedest valmistatud alkoholväljatõmmatist kasutatakse emakaverejooksu sulgeva vahendina, ka maksa ja sapiteede haiguste korral.

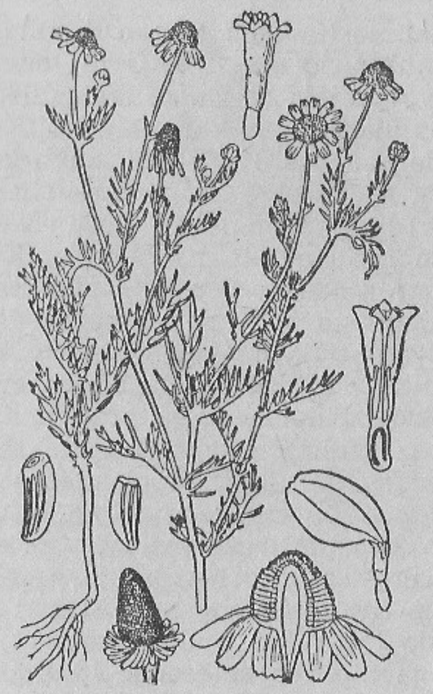
Kasutatakse samuti amuuri kukerpuu lehti ja juuri, milles alkaloidide sisaldus ulatub kuni 0,3%-ni. Amuuri kukerpuud Eesti NSV-s ei esine.

33. Teekummel — *Matricaria recutita* L. (*M. chamomilla* L.), *Compositae*.

Kaamelihain, kammeltee, kummelid, saksa-kanalill, saksaninn, ubinhein, upinhain, valge ätses.

Ромашка аптечная, р. лекарственная.

Teekummel kasvab peamiselt aedades kultiveeritavana, aga ka põldudel umbrohuna, prahipaikadel jne. Ta on üheaastane rohttaim, peenikese juurega. Vars on püstine, enamasti oksine, paljas, ümmargune, 10—50 cm kõrge. Lehed on kaheli- või kolmeli-sulglõhised kitsaslineaalsete teritunud tipmetega. Keelõied valged, 6—9 mm pikad, 2,5—3 mm laiad, pikemad kui üldkate, vanemalt tagasi

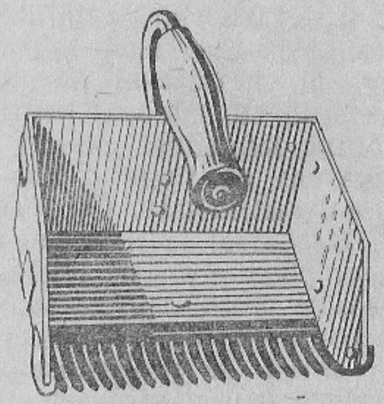


käändunud, neid on 10—15; putkõied viiehambalised, kuldkollased; korvõisik 1,5—2,5 cm läbimõõdus, raoline; üldkatte lehed piklikud, tömbid, rohelised, kitsa pruunika servaga; õiepõhi algul lame, hiljem kuhikjas, piklik, seest õõnes. Vili — seemnis, 1—2 mm pikk, lendkarvadeta. Õitseb maist septembrini. Eesti NSV-s esineb sagedamini lääneosas, kultiveeritavana ka mujal.

Teekummelit kasutatakse apteekides suurel hulgal. Droogi moodustavad õisikud — *flores Chamomillae* — mitte üle 2 cm pika varrega.

Metsikult kasvavatelt taimedelt ei ole võimalik sellises koguses droogi saada, mis meie apteekide vajadust rahuldaks. Seetõttu on vältimatult vaja kummeli kasvatamist laialdaselt juurutada. Eesti NSV Farmatseutide Teadusliku Seltsi poolt läbiviidud uurimised näitasid, et kummelit võib kultiveerida kõikjal üle kogu Eesti NSV, ainult mitte kuivadel liivastel maadel. Kultiveerimise leviku peamiseks takistajaks on olnud suur tööjõukulu

saagi kogumisel. Seetõttu on praegu Eesti NSV ulatuslikumad kummelikultuurid ainult TRÜ ravimtaimede laboratooriumil ning Jämejala haigla abimajandis Viljandi lähedal. Väiksemas ulatuses on kummelit kultiveeritud apteekide ja koolide aedades. Kummelit sobib kultiveerida ka individuaalaias. Külvatakse kas varakevadel (aprilli lõpp), sügisel (augusti lõpp, septembri algus) või enne külmade tulekut (novembri algus). Reavahe 60 cm. Külvinorm 4 kg hektarile. Seeme saadakse droogi sõelumisel läbi 1-millimeetriste avadega sõela. Kummeli seeme vajab idanemiseks rohkesti valgust ja niiskust. Seetõttu külvi ei kaeta, vaid ainult rullitakse. Kohe pärast tärkamist kõblatakse või kobestatakse käsiplaneediga reavahed, et umbrohu kasvu ära hoida. Vaheltharimist korratakse umbes kahenädalaste vaheaegade järel. Kõplamisega eemaldatakse umbrohi vajaduse korral ka ridadelt. Kuigi seejuures hävitatakse ka kummeli taimi, ei mõjusta see saagi suurust. Hõredamalt kasvanud kummel haruneb tugevasti ja kannab rohkem õisikuid. Sügisel külvatud kummel moodustab külmade tulekuks ainult leheroseti (vars ei jõua veel tekkida) ja talvitub sellisena. Järgmise aasta juuni keskel algab õitsemine. Talve-eelne ja kevadkülv tärkavad alles kevadel, õitsemine algab juuli algul, kevadkülvil juuli keskel. Kui enamik korvõisikuid on puhkenud, alustatakse kogumist. Selleks kasutatakse erilist kammkühvlit (joonis lk. 79), mille piide vahelt õisikud läbi ei mahu. Kammkühvlit hoitakse paremas käes, vasaku käega juhitakse õisikud piidele. Parema käe järsu liigutusega ülespoole rebitakse õisikud varte küljest lahti. Kui seejuures ka varsi kaasa tuleb, rebitakse need veel piidel olevatelt õisikutelt vasaku käega ära. Täitunud kammkühvel tühjendatakse korvi või kergesse kastikesse, kusjuures õisikuid ei tohi kokku suruda. Keskmine tootlikkus kammkühvliga kogumisel on 1,5 kg tooreid õisikuid tunnis. Õisikud paigutatakse võimalikult kiiresti kuivama. Kuivatatakse vilus, hea tuuletõmbusega ruumis. 1 kg kogutud õisikute kuivatamiseks vajatakse 1 m^2 pinda. Kultiveerimisel 1-hektarisel maa-alal peab korraga kasutada olema vähemalt 1000 m^2 kuivatamispinda. Kuivatamise jaoks on soovitatav valmistada puitliistudest (2 cm × 5 cm) raamid suurusega 70 cm × 100 cm, põhjamaterjaliks papp või riie. Raamid võib kuivatusruumi laduda üksteise peale, asetades nende nurkadele 5—



10 cm paksused klotsid. Kui raame ei ole, laotatakse õisikud laudadele, paberile, riidele või plastikaadile.

Kahe nädala möödudes puhkeb kummelipõld uuesti õitsele. Suve jooksul kogutakse õisikuid 3—5 korda. Meie tingimustes saadakse keskmiselt 500 kg kuivatatud õisikuid hektarilt.

Kummel ei ole väetiste suhtes nõudlik. Mineraalväetisi antakse tavalistes kogustes. Vältida tuleb suuri koguseid lämmastikväetisi, samuti ka orgaaniliste väetiste kasutamist, mis võivad põhjustada kummeli lamandumist.

Kummeli õisikutega on võrdlemisi sarnased k e s a - l i l l e — *Tripleurospermum inodorum* (L.) Schultz-Bip. (*Matricaria inodora* L.) ja h ä r j a s i l m a — *Leucanthemum vulgare* (L.) Lam. (*Chrysanthemum leucanthemum* L.) õisikud. Mõlemad taimed on meie põldudel tavalised umbrohud. Seetõttu on vaja enne õisikute kogumist kummelipõld läbi kontrollida ja ebaõiged taimed eemaldada. Kummeli õisikupõhi on õõnes (joonis lk. 77), kõigil teistel kummelitaoliste õisikutega taimedel aga täidetud valkja säsiga.

Droog on omapärase lõhnaga, kergelt mõrkja maitsega. Farmakopöa nõuded: eeterlikku õli üle 0,3%, niiskust kuni 14%, tuhajääk alla 12%, sealhulgas 10%-lises soolhappes lahustumatu tuha jääk alla 4%, purunenud õisikuid, lehti, varsi mitte üle 30%. Õisikuid vartega üle 3 cm, kuid mitte üle 5 cm, mitte rohkem kui 9%, värvust muutnud pruune või musti korvõisikuid mitte üle 5%, orgaanilisi lisandeid mitte üle 1%, mineraalseid lisandeid mitte üle 0,5%.

Droog sisaldab 0,3—1,0% sinist eeterlikku õli, flavoonglükosiide apigeniini ja kvertsimetriini, kumariini derivaate umbelliferooni, herniariini ja dioksükumariini, prohamasuleeni matritsiini, laktooni matrikariini, koliini, C-vitamiini, karotiini, mõruainet, rasvõli ja lima. Eeterliku õli sinine värvus on tingitud hamasuleenist, mis tekib destillatsioonil matritsiinist. Õli sisaldab veel 25—45% bisabolooli. Bisabolool ja hamasuleen, kaasa arvatud ka matritsiin, on põletikuvastase toimega.

Kasutatakse gaaside vastu maos ja sooles, ka lastel ja isegi imikutel, soole krampide (spasmide) raviks, higileajava vahendina, uriini- ja sapierituse soodustamiseks; eeterlikus õlis sisalduv asuleen rahustab allergia- (ülitundlikkus-) nähte. Tee valmistamisel ühekordseks annuseks võetakse 1 teelusikatäis droogi ½ klaasi keeva vee kohta, kogu päeva jooksul tarvitamiseks 1 supilusikatäis droogi 1 klaasi keeva vee kohta. Tee lastakse jahtuda ja kurnatakse enne sissevõtmist.

Välispidiselt tarvitatakse kummeliteed kuristamiseks, kompressideks raskelt paranevate haavade ja paisete, silmalaugude põletiku, hambavalu jne. puhul. Kurgu limaskesta põletiku korral hingatakse sisse kummelitee auru. Teekummeli keedist kasutatakse ka vannideks ja juuste pesemiseks.

Kummeli eeterlikku õli kasutatakse likööritööstuses. Portselanivabrikud kasutavad kummeli eeterlikku õli portselani värvimisel plaatinakloriidi lahustamiseks.

On lubatud kasutada ka lõhnava kummeli õisi, mis annab peaaegu sama väärtusega droogi kui teekummel.

Lõhnav kummel, ubinhein — *Matricaria matricarioides* (Less.) Port. [*M. discoidea* DC., *M. suaveolens* (Pursh) Buchen.], *Compositae.*

Kaamel, kaamelihain, kammetee, koerakommel, kummelihain, maa-aluserohi, murukummel, murunupp, upinhain, upininn, õuekummel, õunahein.

Ромашка пахучая.

Lõhnav kummel kasvab õuedel, teedel, teeäärtel, äärelinna tänavatel ja mujal, kus leidub kõvaks tallatud pinnast. Ta on üheaastane rohttaim, paljas, hästi lõhnav.

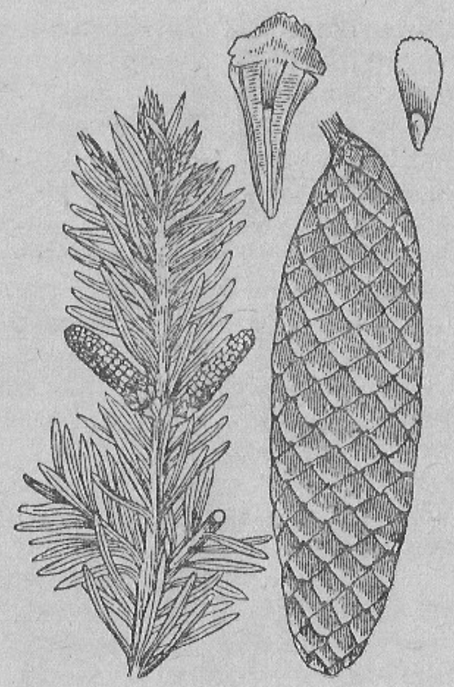
Vars on püstine, ülemises osas oksine, 5—20 cm kõrge. Lehed kaheli- või kolmeli-sulglõhised lineaalsüstjate osadega, mis on 0,5—1 mm laiad, ogajate tippudega. Keelõied puuduvad, putkõied neljahambalised, rohekaskollased; õiepõhi kuhikjas, seest õõnes. Vili väga peenike. Õitseb juunist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Droogiks kasutatakse lõhnava kummeli ladvaosa korvõisikutega.

Farmakopöa nõuded: eeterlikku õli mitte alla 0,2%, lehti ja varsi mitte üle 2%, värvust muutnud õisikuid mitte üle 8%.

Lõhnava kummeli õisikud ei sisalda hamasuleeni. Samuti on erinev flavoonglükosiidiline koostis. Siiski sarnaneb lõhnav kummel terapeutiliselt toimelt teekummeliga, kaasa arvatud ka kasutamine juuste pesemiseks.

Rahvameditsiinis on lõhnava kummeli teed tarvitatud köha ja külmetuse korral higileajava vahendina. Kasutatakse ka kompressideks samade haiguste puhul nagu teekummelit.



34. Harilik kuusk — *Picea abies* (L.) Karst. [*P. excelsa* (Lam.) Link], *Pinaceae.*

Kuus, laanekuusk, maltskuusk, sookuusk.

Ель европейская.

Harilik kuusk kasvab metsades, peamiselt kõrgematel künnistel ja seljakutel, nõlvadel, eriti savikruusasel pinnasel, kus ta moodustab metsi. Kuusk on enamasti puu, kuni 50 m kõrge. Võra on üldiselt terav-püramiidjas; tüvi sirge, tihedas metsas alumised oksad laasunud, lagedatel paikadel algavad oksad madalalt, maapinna lähedalt; oksad rõhtsad või veidi rippuvad. Okkad (lehed) läikivad, tumerohelised, neljatahulised, kahelt küljelt kokku surutud, kuni 2,5 cm pikad, igal küljel kahe pikitriibuga; okkad okstel võrdlemisi tihedalt. Õied ühesugulised. Isasõisikud asetsevad eelmise aasta okste okaste vahel, on algul ümardunud ja punakad, hiljem ruljad, kollakad,

20—25 mm pikad; emasõisikud asetsevad eelmise aasta okste tipul, on piklik-ruljad, helepunased või rohekad. Vili — käbi hulga soomustega; viljasoomused enamasti äraspidimunajad, kumerad, lainja või täkilise servaga. Seeme munajas, tumepruun, 4 mm pikk, tiib läikiv, kollakaspruun, seemnest 3 korda pikem. Õitseb mais ja juunis. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Kuuse noored «kasvud» — *gemmae Piceae* ehk *turiones Piceae* — ja kuuseokkad — *folia Piceae,* samuti ka kuusekoor ja -vaik väärivad ravivahenditena tähelepanu, kuigi neid praegu ametlikult sellistena ei kasutata.

Kuuseokkaid, -koort ja -vaiku võib koguda aasta läbi tarviduse kohaselt.

Okkad sisaldavad vaiku ja eeterlikku õli; viimases on pineeni, kamfeeni, kareeni, kadineeni ja kuni 26% bornüülatsetaati. Peale nende leidub okkais fütontsiide, rohkesti C-vitamiini (askorbiinhapet) ja karotiini ning koores parkhapet.

Suure Isamaasõja ajal kasutati kuuse- ja männiokkaid vitamiinjoogi valmistamiseks sõduritele. Selleks peenestati okkad, valati nendele kuuma vett, millele oli lisatud veidi äädik- või soolhapet, ja lasti 10—12 tundi tõmbuda. Joodi teeklaasitäis korraga. Okaste veega keetmisel saadud ekstrakti lisatakse rahvameditsiinis reuma puhul vanniveele. Kasutatakse ka hingamisteede haiguste korral inhalatsiooniks. Tüvest värskelt eraldunud pehmet vaiku pandi mädanevatele haavadele. Õietolmu puistati haavadele, et kiirendada nende paranemist.

35. Kõrvenõges — *Urtica dioica* L., *Urticaceae.*

Isanõges, kanepnõges, nogulane, nokkelas, nõeksed, nõken, paenõges, supinõges, suur nõges, tulinõges, vanapoisimusutaim jne.

Крапива двудомная, к. обыкновенная.

Kõrvenõges kasvab kõnnustutel elamute ümbruses, prahipaikadel, tarade ääres, karjamaadel ja ka kuivades loodumetsades. Ta on mitmeaastane rohttaim, 30—150 cm kõrge, oksise juurestikuga. Vars on püstine, lihtne, neljakandiline, samuti nagu kogu taim kattunud lühikeste harjaskarvade ning pikkade kõrvekarvadega. Lehed vasta-

kud, rootsulised, munajad või piklikud, hallikasrohelised, pikalt teritunud tipuga, alusel südajad või ümardunud, servast jämesaagjad. Taim on kahekojaline; isasõisikud püstised, pöörisjalt asetunud lühikeste külgokstena; emasõisikud pikemate külgokstena, valminult rippuvad; kõik õisikud pikemad kui nende raod. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse kõrvenõgese lehti — *folia Urticae*. Aiaumbrohuna kasvava raudnõgese (*Urtica urens* L.) lehed ei kõlba droogiks.

Lehti kogutakse taime õitsemise ajal. Pärast õitsemist kaotavad lehed enamiku toimeainetest. Kõige otstarbekohasem on kinnastatud käega tõmmata lehed varrelt maha, alates ladvast. Võib ka nõgesed maha niita, lasta närbuda ja siis lehed maha roobitseda. Närbunud nõgesed ei kõrveta. Lehti kuivatatakse varjus heas tuuletõmbuses õhukese kihina, kuni nad hakkavad murduma. Säilivad tarvitamiskõlblikuna 3 aastat.

Droogiks on tumerohelised, roosteplekkideta lehed omapärase lõhnaga ning mõrkja maitsega. Nende hulgas ei tohi olla õisi ja varsi. Viimastes leiduv pigment ei ole

lehtedele omase puhasrohelise värvusega ja vähendab droogi kvaliteeti.

Droogis on lubatud niiskust kuni 14%, 3 mm² suuruste avadega sõela läbivaid purunenud lehtede osi alla 5%, pruuniks ja mustaks muutunud lehti kuni 5%, orgaanilisi lisandeid mitte üle 2%; tuhajääk üldiselt kuni 20%.

Droog sisaldab kuni 50 mg% karotiini (A-provitamiini), C-vitamiini (kuni 600 mg%), K-vitamiini (400 bioloogilist ühikut), B_2-vitamiini, pantoteenhapet, klorofülli 2—5%, natuke parkaineid ja orgaanilisi happeid.

Droogi kui vitamiinirikast ravimit kasutatakse leotisena ja vedelekstraktina kopsu-, neeru-, emaka- ja sooleverejooksu tõkestamiseks. Nõgese vedelekstrakti määratakse sageli koos raudrohu vedelekstraktiga, mis on mõjuvam. Tee valmistamiseks tuleb võtta 15 grammi peenestatud lehti 1 klaasi keeva vee kohta. Teed võetakse 3 või 4 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga. Tee asemel võib võtta 25—30 tilka vedelekstrakti pool tundi enne söömist.

Nõgeselehed kuuluvad mitme ravimtee, näiteks polüvitamiintee koostisse. Peale selle kasutatakse neid maksavahendi allokooli, astmavastase vedeliku Traskovi mikstuuri jne. valmistamisel.

Nõgesevanne tehakse ja nõgestega viheldakse reumaatiliste valude puhul, sest värske kõrvenõgese näärmed sisaldavad sipelghapet. Rahvameditsiinis kasutati kõrvenõgese keedist juuste väljalangemise ja kõõma korral pea pesemiseks. Lehtedest saadakse klorofülli, mida kasutatakse farmaatsia- ja toiduainete tööstuses kui kahjutut rohelist värvainet. Klorofüllil on ka raviv toime. Välispidiselt kasutatuna soodustab haava kudede epiteliseerumist, sissevõetuna ainevahetust.

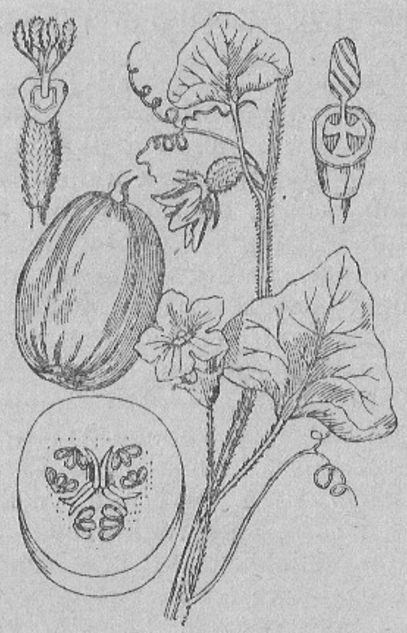
Kuivatatud nõgeselehti antakse talvel kanadele, et ergutada neid munema.

36. Kõrvits — *Cucurbita pepo* L., *Cucurbitaceae*.

Kirvits, korbits, kornits, kurbis, tikva, tõkna.

Тыква обыкновенная.

Kõrvitsat kasvatatakse peamiselt köögiviljaaedades. Ta on üheaastane taim kuni 9 m pikkuse jämeda lamava või roniva rohtja varrega, mis jäikade karvade tõttu on kare.



Lehed on väga suured, südaja alusega, viie tömbi või ebaselge hõlmaga, pikarootsulised, karedad, servast hõredalt hambulised. Köitraod harunenud, otsast keerdunud. Õied ühesugulised, helekollased, suured, lehterjad; isasõied kellukjad, viiejagused, sämbud ulatuvad õiekrooni poolest kõrgusest sügavamale; emasõied lühikese emakakaela ja 3—5 emakasuudmega, 3 viljatu tolmukaga. Vili kerajas või piklik, väga suur, enamasti kollaka lihaga, mille keskel hulk suuri valgeid lapikuid, mõikja servaga seemneid. Õitseb juulist augustini. Kasvatatakse meil laialdaselt.

Apteekides kasutatakse peamiselt kõrvitsa seemneid — *semen Cucurbitae.*

Seemned on valkjad, õliselt pehme maitsega; sisaldavad kuni 50% rasvõli, fütosteriine, vaiku, orgaanilisi happeid, C-vitamiini, karotinoide. 1000 seemne kaal peab olema 180 grammi.

Kõrvitsa seemneid kasutatakse soole ussnugiliste, eriti laiussi tõrjeks. Ühes ravikuuris laiussi väljutamiseks soovitatakse tarvitada korraga kuni 300 grammi seemneid, vastavalt pakendil toodud eeskirjale. Võib kasutada niihästi kuivatatud kui ka värskeid seemneid. Toimeaine ei

ole tuntud. Viljalihast vabastatud seemned kuivatatakse toatemperatuuril. Kõrgendatud temperatuuril kuivatamine ei ole lubatud. Säilitada võib seemneid ühe aasta.

Seemnetelt eraldatakse valge kõva kest (roheline õhuke kest peab alles jääma) ja hõõrutakse seemned uhmris ühtlaseks pudruks. Massile lisatakse 300 g kohta 60 ml vett ja maitsestamiseks 10—15 g mett või moosi. Võib ka koorimata seemned purustada hakkmasinas, valada peale kahekordne kogus vett ja soojendada (mitte keeta!) väikesel tulel 2 tundi. Kurnatud vedelik võtta sisse ühekordse annusena tühja kõhuga. Kahe tunni pärast võtta soollahtistit ja õhtul teha klistiiri. Kõrvitsa seemned ei ole mürgised. Seetõttu võib paari päeva möödudes, kui laiussi päis ei ole välja tulnud, ravikuuri korrata.

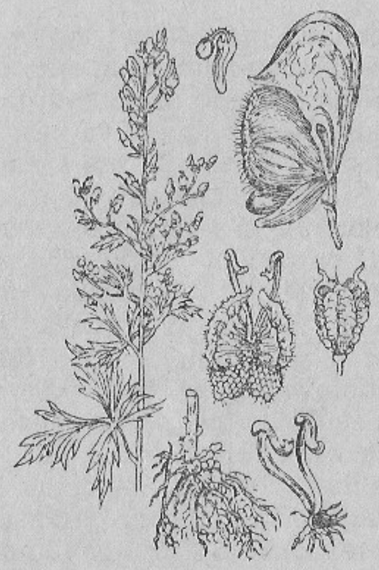
Kõrvitsa viljaliha soodustab sooletegevust, suurendab diureesi ja soolade eritumist organismist. Selleks otstarbeks süüakse päevas kuni 0,5 kg toorest viljaliha või juuakse pool klaasi kõrvitsa mahla. Mõnede autorite arvates on keedetud kõrvitsa puder sama toimega. Karotinoidide (A-provitamiin) sisalduse tõttu on kõrvits väärtuslik toiduaine. Karotinoidide sisaldus sõltub sordist, olles tavalistel söögikõrvitsatel 4—8 mg% piires. NSV Liidu lõunapoolsetes rajoonides kultiveeritakse kõrvitsasorti «Vitaminnaja», mille karotinoidide sisaldus ulatub 17 mg%-ni, viljalihas kuni 20 mg%-ni. See sort on aretatud nn. muskaatkõrvitsast — *Cucurbita moschata* Duch. ning annab vitamiinitööstusele väärtuslikku toorainet.

37. Sinine käoking — *Aconitum napellus* L.[1], *Ranunculaceae.*

Aed-käoking, aidamehed, ingliking, kaleviкübar, kassipätid, kingalill, raudkübar, tormiкübar, tuiupätid.

Аконит синий, борец аптечный.

[1] *Aconitum napellus* L. loetakse kollektiivliigiks ja on viimasel ajal jagatud hulgaks iseseisvateks liikideks. NSV Liidus, peamiselt Kesk-Aasias, Siberis ja Kaug-Idas, esineb üle kümne liigi. Meil aedades kultiveeritav sinine käoking on mitmesuguse päritoluga. Enamikus pärineb ta Kesk-Euroopast. Nõuab veel selgitamist, milliste liikidega on siin tegemist. Sel põhjusel on ta käesolevas väljaandes toodud ka kollektiivliigina.



Sinine käoking on aedades ja elamute ümber kasvatatav mitmeaastane ilutaim. Ta on 50—150 cm kõrge rohttaim, tugeva naeritaolise lihaka juurikaga. Vars on püstine, tugev, paljas või kaetud liibunud karvadega. Lehed sõrmjagused, 5—7 osaga, piklike, lineaalsete, süstjate või tömpide tipmetega. Õied on ebakorrapärased, violetsed, harvemini sinised, punakad, valkjad, lapilised; ülemine õieleht on kiiverjas, paaditaoline või poolkerajas, ülal kumerdunud, alumised õielehed on tömbid, enamasti süstjad. Õied moodustavad varre ladvas tiheda kobara. Vili — ülalt avanev kukkur. Õitseb juulist septembrini. Kasvatatakse Eesti NSV-s kõikjal.

Sinine käoking kuulub mürgiste taimede hulka. Ravimina on kasutatud ta mugulataolisi juurikaid — *tuber Aconiti* — või nendest eraldatud toimeainet — alkaloidi akonitiini. Praegu sinist käokinga droogina ei kasutata.

Kokkukasvanud (harva üksikud) juurmugulad on 2—6 cm, harva kuni 10 cm pikad, väljast tumepruunid, peaaegu mustad, seest hallikasvalged.

Sisaldab alkaloide akonitiini, mesakonitiini, hüpakonitiini. Akonitiini sisaldus on 0,18—3,0%, droogis peab see olema vähemalt 0,8%.

Käokinga tarvitatakse raviks ainult arsti ettekirjutusel. Kasutatakse alkoholleotisena välispidiselt radikuliidi, neuralgia ja reumatismi puhul. Suure mürgisuse tõttu on kasutamine ohtlik.

38. **Harilik käokuld** — *Helichrysum arenarium* (L.) Moench, *Compositae*.

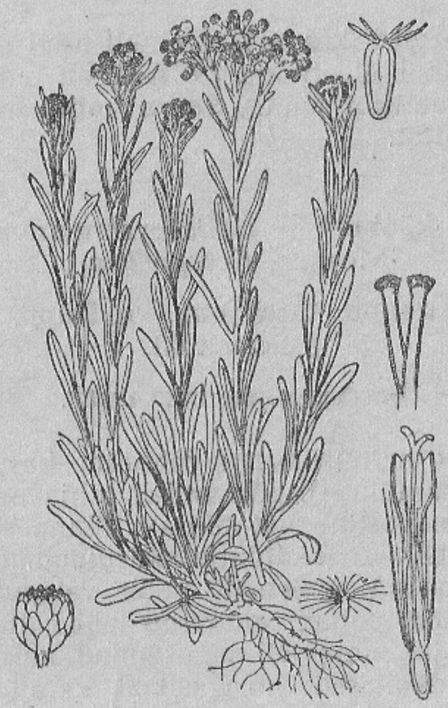
Kollane kassikäpp, kassimuna, kuldkäpp, pinikäpp, päikesekuld.

Бессмертник песчаный.

Harilik käokuld, mitmeaastane rohttaim, kasvab kuivadel kinkudel, liivikuniitudel, nõmmedel, lubjavaesel liivapinnasel. Vars on püstine või tõusev, lihtne või kobarjalt oksine, valgeviltjas, rikkalikult lehistunud. Lehed terveservalised, lamedad, mõlemalt poolt valgeviltjad, vanemalt enam-vähem paljad; alumised lehed äraspidisüstjad või lineaalsüstjad, teravad, ümardunud alusega, rootsutud. Õied kuldkollased, korvõisikud kerajad, 6—7 mm pikad ja umbes niisama laiad; moodustavad varre otsas enamasti kända; servmised keelõied puuduvad; kattelehed munajad või piklikud, nahkjad, asetunud hõredalt, kollakad või ruuged. Õitseb juulist septembrini. Esineb peamiselt Lõuna-Eestis, väga harva Põhja-Eestis.

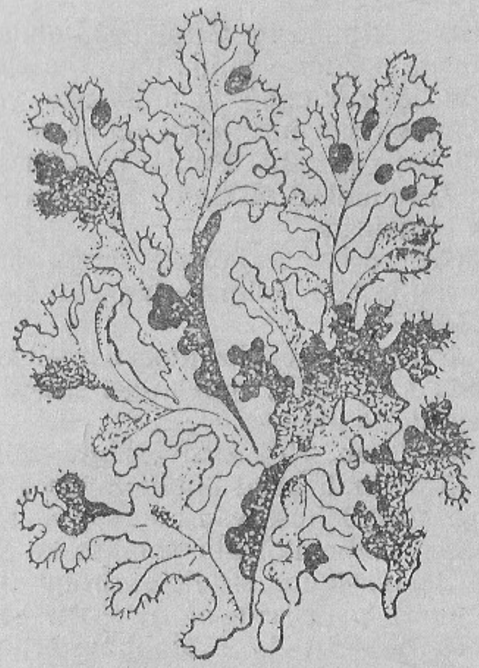
Ravimina kasutatakse hariliku käokulla korvõisikuid — *flores Helichrysi arenarii* (ka *flores Stoechados citrinae*). Veel mitte täielikult puhkenud korvõisikuid umbes 1 cm pikkuse raoga kogutakse õitsemise algul, juulis ja augustis. Kuivatatakse varjulises kohas. Täielikult õitsele puhkenud õisikud pudenevad kuivatamisel. Samuti pudenevad õisikud kuivatamisel soojas või päikesepaistelises ruumis. Droogiks on vaid korvõisikud või nende kobarad. Standardnõuded: niiskust alla 12%, õisikute pööriseid üle 1 cm pika varrega kuni 5%, pudenevaid osi, mis läbivad 2 mm^2 suuruste avadega sõela, alla 5%. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 3 aastat.

Droog sisaldab flavoonglükosiide: salipurposiidi, isosalipurposiidi jt., flavonoide: kempferooli, apigeniini, naringeniini; natuke eeterlikku õli (0,05%), steriine, orgaanilisi happeid, fenoolseid värvaineid, karotinoide, C-vitamiini jne.



Käokulda kasutatakse peamiselt maksa- ja sapipõiehaiguste ravimisel, ka sapikivide puhul. Käokullateed tarvitatakse põiehaiguste ja vesitõve korral, sest ta suurendab uriinikogust ning alandab vererõhku. Teeks võetakse 16 grammi õisi 2 klaasitäie keeva vee kohta. Juuakse soojalt 3 korda päevas enne söömist, ½ klaasi korraga.

Eesti NSV apteekides väljastatakse käokulda kuiva droogina ja flamiini nime all tablettidena. Ka kuulub ta sapinõristust soodustava tee koostisse, mis on järgmine: käokullaõisi 4 osa, ubalehelehti 3 osa, piparmündilehti 2 osa, koriandrivilju 2 osa; 1 supilusikatäis sellest segust valmistada teeks 2 klaasitäie keeva veega, lasta 20 minutit tõmbuda, siis kurnata. Teed juua 3 korda päevas, umbes pool tundi enne söömist, ½ klaasi korraga.



39. Islandi käokõrv — *Cetraria islandica* (L.) Ach., *Parmeliaceae*.

Islandi samblik, karpal, kopsusammal, korbasammal, krobiseja, käppsammal, nõmmekarbed, nõmmekarpalad, palukobrik, palukorbak, palotatjas, palotagja', põdrasammal, põdrasarvesammal, rinnasammal.

Исландский мох.

Islandi käokõrv kasvab liivastel nõmmedel ja palumetsades maapinnal, harva ka vanadel kändudel, ja on 15 cm kõrge. Ta rakis (varreks, juurteks ja lehtedeks jagunemata taimekeha) on põõsasjas, lehtjas, püstine või tõusev, alusel ahenenud, osalt renjas või torujalt kokku käärdunud, ülal laienevate kitsaste, samuti torujalt käärdunud või ka lamedate, paljaste, serval lühiripsmeliste hõlmadega, pealmiselt pinnalt pruun, oliivroheline või rohekas-

hall, sagedasti veripunaste täppidega, alumiselt pinnalt helehall. Tumeda pealmise pinna tõttu on islandi käokõrv teiste taimede ja kuivanud männiokaste vahel raskesti märgatav. Värskelt või niiskunult on rakis pehme, nahkjas, kuivanult kare ja rabe. Esineb kogu Eesti NSV-s.

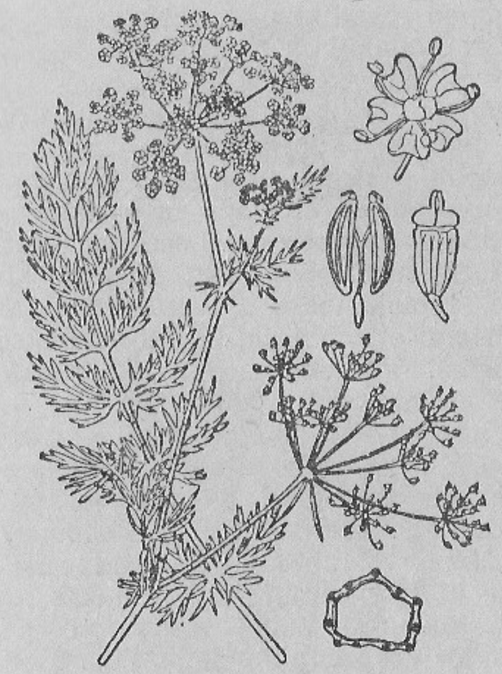
Ravimina kasutatakse islandi käokõrva maapealset osa — *lichen islandicus.*

Islandi käokõrva võib korjata kogu suve jooksul. Puhastatakse mullast ja prügist ning kuivatatakse väljas, ka päikese käes.

Droog on lõhnata, mõrkjas-limase maitsega. Niiskust tohib sisaldada kuni 10%, orgaanilisi lisandeid alla 5%, mineraalaineid mitte üle 1%.

Droog sisaldab kuni 70% süsivesikuid, millest peamise osa moodustab polüsahhariid lihheniin koos vähese hulga isolihheniiniga; need lahustuvad kuumas vees, andes jahtudes sültja massi. Lihheniini nimetatakse ka samblikutärkliseks. Peale süsivesikute sisaldab droog 3—5% samblikuhappeid, neist peamiselt mõru maitsega fumaarprototsetraarhapet (2—3%) ja protolihhesteriinhapet (0,1—1,5%). Samblikuhapped on tugeva antibiootilise toimega. Eriti tugeva toimega on teistest samblikest (*Cladonia, Alectoria* jt.) saadud u s n i i n h a p e, mida kasutatakse naatriumisoolana (*Natrii usninas*). Preparaati nimetatakse ka b i n a a n i k s. Toimib bakteriostaatiliselt juba lahjenduses 1 : 2 000 000.

Islandi käokõrval on omadus katta limaskesti, seepärast kasutatakse teda sooletegevuse häirete, kõhulahtisuse, aga ka maolihaste lõtvuse (atoonia), kroonilise kõhukinnisuse ja isutuse puhul keedisena, süldina, teena jne. Rahvameditsiinis on islandi käokõrva tarvitatud köha, nohu, kurguhaiguste, eriti aga kopsutuberkuloosi ravimisel. Juba 200 aastat tagasi andsid Islandi arstid seda samblikku mitmel kujul raskete haiguste tõttu kurnatud haigetele toitva ainena ja seedetegevuse reguleerimiseks. Viljaikaldusaastatel on Soomes ja Skandinaaviamaades lisatud islandi käokõrva leivajahule.



40. Köömen — *Carum carvi* L., *Umbelliferae.*

Kööme, köömel, köömes, kümmel, kümmelhain, küümne' jne.

Тмин обыкновенный.

Köömen kasvab kuivadel niitudel, teeservadel, võsastikes. Ta on kaheaastane rohttaim tugeva käävja peajuurega. Vars on püstine, oksine, 30—60 cm kõrge, paljas. Lehed kahelisulgjad, sulglõhiste lehekestega, lehekeste tipmed lineaalsed; alumised sulglehekesed asetsevad risti; ülemised lehekesed on väiksemad; leherootsud pikkade lehetuppedega. Õied valged või roosakad, koondunud varre ladvas 8—10 kiirega sarikana; katis puudub või on vaid üheleheline, osakatis puudub. Viljad tömpide roietega, kandilised, paljad, pruunid, aromaatse lõhnaga. Õitseb maist juulini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Köömneid on lihtne kultiveerida. Kultuuris saadakse 8—16 tsentnerit hektarilt. Üldiselt sisaldavad kultuurist

saadud köömned eeterlikku õli rohkem. Köömned külvatakse kevadel võimalikult vara laiarealise külvina reavahedega 45 cm, külvinorm 8 kg/ha. Saak saadakse järgmise aasta juunis või juulis. Esimesel aastal hoitakse põld reavahede pideva kobestamisega umbrohust vaba. Köömne idanemine kestab üsna kaua (3 nädalat). Et umbrohutõrjet õigeaegselt alustada, soovitatakse köömnete külvisele lisada 1/8 koguses salati seemet. Salat idaneb kiiresti ning teeb read nähtavaks. Hiljem, kui köömned on tärganud, eemaldatakse salatitaimed (kõplamisel või ridade puhastamisel umbrohust). Koristatakse kombainidega või käsitsi. Väikekultuuride rajamiseks võib kasutada eelmisel aastal kogutud köömneid.

Ravimina kasutatakse köömne vilju — «köömneid» — *fructus Carvi*. Köömneid kogutakse juulis ja augustis, kui osa vilju on juba valminud. Lõigatakse ära taime kogu maapealne osa, seotakse väikesteks kimpudeks ja kuivatatakse õhurikkas varjulises kohas. Kuivanud viljad kolgitakse varte küljest lahti ja puhastatakse tavalise viljatuulaja abil, kusjuures tuleb vältida köömnete kokkupuutumist muld- või savipõrandaga. Droog on tarvitamiskõlblik kuni 3 aastat.

Köömned peavad olema hästi kuivatatud, pruunikad ja veidi sirpjalt kõverdunud. Lõhn aromaatne, meeldiv, maitse vürtsikas. Standardnõuded: niiskust mitte üle 12%, lehe- ja varreosi kuni 2%, kõrvalisi orgaanilisi lisandeid ja mineraalaineid minimaalselt.

Droog sisaldab eeterlikku õli 3—7% (standardnõue: mitte alla 4%). Õli koostisse kuuluvad d-karvoon (50—60%), d-limoneen, karvakrool jt. Droogis leidub ka rasvõli (14—22%), valku, parkaineid, flavonoididest kvertsetiini ja kempferooli.

Köömned tekitavad söögiisu, soodustavad seedimist, vähendavad valutunnet mao- ja sooletrakti piirkonnas, kõrvaldavad spasme silelihaselistes organites, soodustavad diureesi, piimanäärmete tegevust ning lima ja röga eritumist. Nii rahva- kui ka teaduslikus meditsiinis kasutatakse köömneid seedeelundite tegevuse ergutamiseks ja soolegaaside vähendamiseks.

Imikutel väldib köömnevesi (valmistatakse köömnete eeterlikust õlist destilleeritud veega) gaaside tekkimist maos ja sooles. Teeks või kergeks keediseks võetakse lastele 2—3 teelusikatäit, täiskasvanuile 4—6 supilusikatäit köömneid ühe liitri keeva vee kohta. Imikutele antakse kuni 3 korda päevas 1 teelusikatäis teed korraga, täiskasvanuile 4—5 supilusikatäit päevas.

Köömneid kasutatakse laialdaselt ka maitse- ja lõhnaainena leiva-, kondiitri-, konservi-, kulinaar-, likööri-, viina-, parfümeeria- ja seebitööstuses ning kodusel toiduvalmistamisel.

41. Küüslauk — *Allium sativum* L., *Liliaceae*.

Karuslauk, kiblok, kiplong, peenikerohi, piusa', purokese', ruhekese', tõusurohi.

Лук посевной, чеснок.

Küüslauk kasvab ainult kultiveeritavana köögiviljaaedades. Ta on mitmeaastane sibultaim, 20—60 cm kõrge. Sibul on enamasti liitunud, külgsibulad ümarmunajad, ümbritsetud ühise nahkja kattega, mis on valkjas või rohekas. Vars on püstine, keskkohani lehistunud. Lehed lai-lineaalsed, kuni 12 mm laiad, andruga, servast kare-

dad, tipust teravad. Õied pikaraolised, õiekattelehed valkjaspunased või rohekad, 3 mm pikad, tolmukad lühemad kui õiekattelehed; kolm sisemist tolmukaniiti kahe lühikese tömbi hambaga. Õitseb juunist augustini.

Samuti nagu sibulat, ei kasutata ka küüslauku apteekides otseselt, küll aga ravimpreparaatidena, nagu allilsat, allokool, küüslaugutilgad — *tinctura Allii sativi* — jt.

Küüslaugus leidub 0,3% väävlit sisaldavat ilma lõhnata ainet — alliini. Küüslaugu peenestamisel laguneb alliin fermentide toimel kiiresti, andes küüslaugu lõhnaga allitsiini. Viimane on tugeva bakteritsiidse toimega (lenduv antibiootikum!). Suures koguses limaskestale sattudes tekitab põletikku. Peale selle sisaldab küüslauk 0,4% di-, tri- ja polüsulfiididest koosnevat lenduvat õli, fütosteriine, C-vitamiini (10 mg%).

Küüslauku kasutatakse seedeelundite tegevuse korrastamiseks, vererõhu alandamiseks, veresoonte lubjastumise tõkestamiseks, veresoonte laiendamiseks. Sagedasti kasutatakse küüslaugu keedise klistiiri soolenugiliste (näiteks naaskelsabade) väljutamiseks; selleks võetakse üks külgsibul klaasitäie vee kohta, keedetakse kergelt ning jahutatakse.

Apteekides väljastatavatest valmispreparaatidest tarvitatakse küüslaugutinktuuri peamiselt roiskumis- ja käärimisprotsesside pidurdamiseks soolestikus ning soolte lõtvuse ja jämesoolepõletiku puhul. Allilsatti ja allokooli kasutatakse ainult vastavalt arsti määramisele.

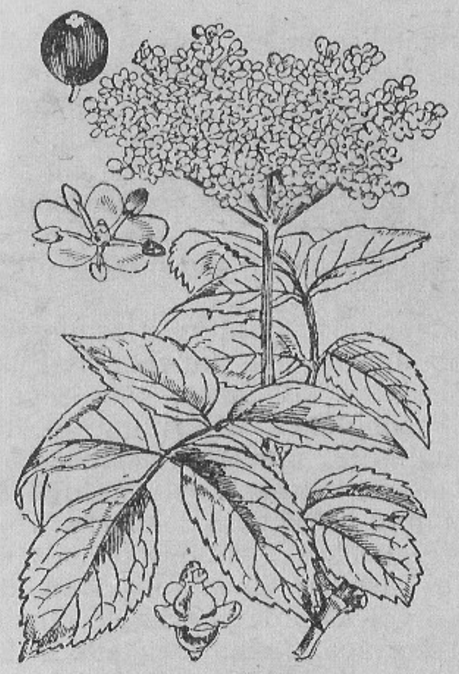
Peenestatud küüslauk või küüslaugu mahl on tugeva antibiootilise toimega. Kasutatakse mädanevate haavade, ka nohu raviks.

42. Must leeder — *Sambucus nigra* L., *Caprifoliaceae*.

Holundripuu, leedripuu, must pliidripuu, saksamaa lodjapuu, sarikpuu, vliidripuu.

Бузина черная.

Must leeder kasvab elamute läheduses, harvemini ka metsaservadel, tarade ääres. Ta on enamasti 4—7 m kõrgune põõsas. Tüvi ja oksad on kattunud pragulise hallikaspruuni või halli koorega; noortel okstel ja võrsetel on



koor rohekas; oksad, eriti võrsed, on jämeda valge säsiga. Lehed on paaritusulgjad, 2 või 3 paari piklike lehekestega; need on elliptilised, loogelise servaga, teritunud, ebaühtlaselt saagjad, nõrgalt karvastunud, helerohelised; abilehed väikesed, näärmekad, niitjad. Õiekroon 6—9 mm lai, valge või kollakasvalge; õied lõhnavad, palju- ja tihedaõielistes tipmistes, pealt lamedates ebasarikates. Vili — must mari, 5—6 mm pikk, enamasti kolmepesaline, veripunase mahlaga, kolme seemnega. Õitseb juunis ja juulis. Marjad valmivad augustis ja septembris. Eesti NSV-s esineb metsikult sagedamini mandri lääneosas ja saartel, mujal kasvatatakse ilupõõsana.

Varem on apteekides kasutatud musta leedri õisi — *flores Sambuci*, mõnikord ka vilju — *fructus Sambuci* — ja koort — *cortex Sambuci*. Praegusel ajal kasutatakse neid harva.

Nii õisi kui ka vilju kogutakse peamiselt aedades kasvavatelt taimedelt. Õisi kogutakse siis, kui nad on täiesti

puhkenud. Lõigatakse maha õisikud ja asetatakse kohe tuuletõmbuselises katusealuses kuivama, laotades nad kohevalt õhukese kihina paberile. Kuivanud õisikud hõõrutakse õievarte eemaldamiseks läbi sõela.

Droog koosneb valkjaskollastest, nõrgalt aromaatse lõhnaga pisikestest õitest. Standardnõuded näevad ette niiskust kuni 14%, õiepõhju ja -raage kuni 8%, 1 mm² suuruste avadega sõela läbivaid purunenud ja peenikesi osi kuni 8%.

Värsked õied sisaldavad mürgist, sinihapet sisaldavat glükosiidi sambunigriini, mis kuivatamisel laguneb. Kuivatatud õied sisaldavad tundmata koostisega higileajavat glükosiidi, flavoonglükosiidi rutiini, eeterlikku õli (0,32%), C-vitamiini (82 mg%), orgaanilisi happeid.

Kasutatakse sissevõtmiseks kootava, higileajava ja diureetilise vahendina. Võetakse leotisena või teena. Tee valmistamiseks valatakse 1 supilusikatäiele õitele klaasitäis keeva vett, lastakse 20 minutit tõmbuda ja kurnatakse. Juuakse 3 või 4 korda päevas, 15 minutit enne söömist, ¼ klaasi korraga. Teena kasutatakse ka külmetushaiguste ja köha puhul. Välispidiselt tarvitatakse seda teed suuõõne loputamiseks.

Musta leedri marju kogutakse augustis, kui nad on täiesti valminud. Marju lastakse algul õhukese kihina sõelal või paberil närbuda, seejärel kuivatatakse tuuletõmbuses või kuivatis temperatuuril 60—65 °C. On kasutatud lahtistava ja higileajava vahendina.

Lehtede ja pungade keedist soovitatakse kirpude tõrjeks.

Koort ja koorest valmistatud ekstrakti kasutatakse higileajava, lahtistava ning uriini eritumist soodustava vahendina neeru- ja põiehaiguste puhul.

Võrdlemisi sagedasti esineb Eesti NSV-s, peamiselt mandril, elamute läheduses, aedades, parkides, varemetes, metsistunult ka kuuse- ja segametsades, punane leeder — *Sambucus racemosa* L. Selle õied on rohekaskollased, lõhnata, okste säsi pruunikas, marjad punased. Hiired ja rotid väldivad aitu, mille läheduses kasvab punane leeder. Ravimtaimena ei kasutata.

43. Leesikas — *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spreng., *Ericaceae*.

Jahumari, kanaplehed, karukõrvad, karupohlad, kukeleesikas, leehikevarred, leesehain, leesikpohlad, liivikas, makipohlad, seapohlad, tedrepohlad, tsiapaloka', tuhklehed, tuhkpoolgad, vuliuliursid.

Толокнянка лекарственная, т. обыкновенная.

Leesikas kasvab nõmmemetsades, kuivades männikutes, liivikutel, liivastel kallakutel. Ta on mitmeaastane taim, mis moodustab tihedaid vaibataolisi, mõnikord kuni 2-meetrise läbimõõduga 10—15 cm kõrgusi põõsaid. Vars on lamav, korduvalt harunenud, sagedasti juurduv, väga okslik. Lehed igihaljad, nahkjad, piklikud, äraspidimunajad, tömbid, terveservalised, mõlemal pinnal märgatava võrkroodumusega, pealt rohelised, läikivad, alt hallikasrohelised. Õiekroon kruusjas, 5 tagasikäändunud tipmega, valge, ülalt roosakas; tolmukaid 10, tolmukapead tipus 2 lisemega, tupp viieleheline, õied tipmise kobarana. Vili — mari (luuvili), helepunane, läikiv, sile, maitsetu. Õitseb maist juunini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse leesika lehti — *folia Uvae ursi*.

Kogutakse kas kevadel, õitsemise ajal, mais-juunis või sügisel, kui lehed noortel kasvudel on täielikult välja arenenud (augusti lõpust oktoobrini). Kogumiseks valitakse jõudsalt kasvavad leesikapõõsad, mille varretipud on hästi lihavad ning okstel pole pruuniks ega mustaks tõmbunud lehti. Seejuures haaratakse oks ladvast ja teise käega roobitsetakse lehed ülalt alla maha.

Veelgi mugavam on lehti koguda järgmisel viisil. Kirve või kiiniga raiutakse harude tipud läbi, aga mitte pikemalt kui põõsa poole raadiuse ulatuses. Eraldatud harude tipud kistakse käsitsi üles, raputatakse hoolikalt puhtaks liivast, männiokastest ja muust prahist, kaasa arvatud ka mustaks muutunud lehed, ning paigutatakse kuivama. Kuivatatakse vilus, hästi tuulutatavas ruumis. Kuivatatud varred kolgitakse kergelt ja eraldatakse lehed sõelumisel. Taimi ei tohi juurtega välja kiskuda. Leesikas kasvab väga aeglaselt. Kui maharaiutud harude pikkus ei ületa poolt põõsa raadiust, taastub põõsas ning võimaldab saada uut saaki umbes 5 aasta pärast. Harude maharaiumine ei pidurda leesikapõõsa kasvu. Maharaiutud harude üleskiskumine kobestab maapinda, mis leesika arengut soodustab.

Kogutud lehed peavad olema hästi kuivatatud ning peaaegu loomuliku värvusega. Nende hulgas ei tohi olla teiste taimede osi, peamiselt pohla lehti, millega nad sarnanevad. Eristada saab neid selle järgi, et pohla lehtedel on varrepoolne ots ümarik, leesika lehtedel aga kiiljas. Droog on lõhnata, mõrkjas-sööbiva maitsega. Standardnõuded: niiskust mitte üle 12%, tuhajääki kuni 4%, kuivatamisel loomuliku värvuse kaotanud lehti alla 3%, taime teisi osi ja koltunud või mustaks muutunud lehti alla 4%, orgaanilisi lisandeid alla 0,5%, mineraalseid lisandeid alla 0,5%. 3 mm^2 suuruste avadega sõela läbivaid purunenud osi ei tohi olla üle 3%.

Leesikadroog sisaldab glükosiidi arbutiini, milles on 6—12% hüdrokinooni, metüülarbutiini, kuni 30% pürogallooligrupi parkainet, flavooni derivaate (hüperosiid, kvertsetiin, kvertsitriin, isokvertsitriin jt.), ursoolhapet ja teisi orgaanilisi happeid (viinhape, sidrunhape).

Droogi kasutatakse peamiselt keedisena või teena. Tee valmistamisel peenestatakse lehed ja võetakse neid umbes 10 grammi klaasitäie vee kohta. Keedist võetakse 5 või 6 korda päevas 1 supilusikatäis korraga. Ravib põie- ja

neerupõletikku, toimides desinfitseerivalt ja diureetiliselt. Lehtedes leiduv arbutiin ja metüülarbutiin imenduvad soolest muutumatult vere kaudu uriini, misjuures uriin võib pruuniks värvuda, olenevalt sellest, kui tugevaid muutusi on põletik neerudes esile kutsunud. Paranemisel kaob uriini pruun värvus ja vastik lehk. Droog kuulub ka diureetilise ehk neerutee[1] koostisse.

44. Leeskputk — *Levisticum officinale* Koch, *Umbelliferae.*

Leesputk, elajahain, kaisvahain, karurohi, leekhein, leemistükid, leestok, liibesputk, liipstok, lääbeshain, läänüs, pleeshain, searohi, ussirohi.

Любисток лекарственный.

Leeskputk kasvab meil peamiselt aedades ravimtaimena, juhuslikult ka metsistunult elamute läheduses. Ta on mitmeaastane sarikaline, 90—200 cm kõrge, tugevate ja jämedate oksiste juurikatega, mis on läbilõikes sinakaskollased. Vars on püstine, sirge, õõnes, pinnalt sügavalt vaoline, ülalt oksine. Alumised lehed suured, kahelisulgjad, kuni 40 cm pikad, paljad, läikivad, pikarootsulised, alusel tupega; ülemised lehed lühirootsulised või rootsutud; sulglehekesed suured, kuni 7 cm laiad, lõhised. Õied kahvatukollased, väikesed, 6—15 kiirega liitsarikatena varre või okste ladvas; katis ja osakatis mitmelehelised, tagasikäändunud lehekestega, paljad. Viljad tiivuliste roietega, paljad, võrdlemisi pikaraolised. Õitseb juulis ja augustis. Esineb Eesti NSV-s kõikjal, sagedamini läänesaartel ja Põhja-Eestis.

Ametlikult ravimina praegu ei kasutata. Varem kasutati peamiselt taime juurikat ja juurt — *radix Levistici.*

Juurikad kogutakse sügisel, puhastatakse mullast, tarbe korral tükeldatakse ja kuivatatakse tuuletõmbuselises varjualuses.

---

[1] Diureetiline ehk neerutee: leesikalehti 3 osa, rukkililleõisi 1 osa, lagritsajuuri 1 osa. Teeks võetakse 1 supilusikatäis segu klaasitäie keeva vee kohta; lastakse 30 minutit tõmbuda, siis jahutatakse ja kurnatakse. Põie- ja neerupõletiku ravimiseks võetakse 3 või 4 korda päevas 1 supilusikatäis.

Kuivatatud juured ja juurikad on omapärase lõhnaga ning vürtsika, algul magusavõitu, hiljem teravmõrkja maitsega.

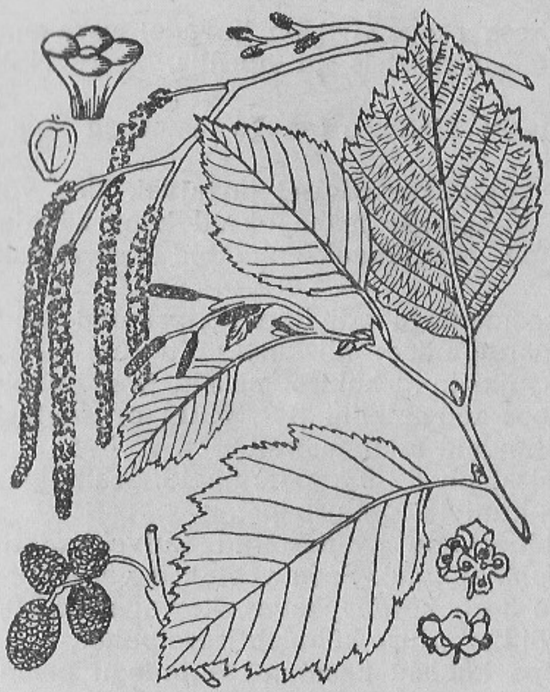
Droog sisaldab kuni 1% eeterlikku õli, mille koostisse kuulub terpineooli ja mitmesuguseid estreid. Eriti iseloomuliku osa moodustavad mitmesugused ftaliidid. Juurikad sisaldavad veel vaiku, furokumariine jt. aineid.

Rahvameditsiinis tarvitati keedisena vesitõve, närvinõrkuse, pea- ja kõhuvalude jne. ravimisel.

Rahva keskel, peamiselt Saaremaal ja Lääne-Eestis, esineb arvamus, et rästikud ei kannata leeskputke lõhna ja hoiduvad ta kasvukohtadest eemale. Seepärast kasvatatakse leeskputke meelsasti õueaedades.

Leeskputke kasutatakse ka loomade ravis mitmesuguste paistetuste puhul, hõõrudes paistetanud kohti, näiteks lehmaudarat, leeskputke lõmastatud lehtedega.

Leeskputke juur toimib diureetiliselt, ärritades tugevasti neerusid, see aga takistab tema meditsiinilist kasutamist. Peamiseks tarbijaks on likööri- ja vürtsitööstus.



45. Hall lepp — *Alnus incana* (L.) Moench, *Betulaceae*.

Harilik lepp, valge lepp, arulepp, isalepp, kasklepp, pahklepp, parklepp, pasklepp, põllulepp, vareslepp, vasklepp jne.

Ольха серая, о. белая.

Hall lepp kasvab karjamaadel, metsaservadel, sooservadel, sagedasti tihedate lepikutena, tarade ääres üksikute puudena. Puu on kuni 20 m kõrge, tüvi enamasti alusel kaardunud, kattunud halli sileda koorega, peamiselt korbata; noortel võsudel on koor rohekaspruun. Lehed munajad, elliptilised, enamasti teritunud, alusel ümardunud või isegi südajad, servast kahelisaagjad, 4—10 cm pikad, 3—5 cm laiad, kummalgi poolel 8—12 külgrooga, pealt paljad, tumerohelised, alt sinakasrohelised, hallviltjad. Isasõisikud pikkade urbadena, emasõisikud oksakeste otsas, alati kahekaupa, arenevad pärast nn. käbideks; käbid on kerajad, 1,5 kuni 2 cm läbimõõdus, enamasti raota või

väga lühikese raoga. Õitseb kevadel vara enne lehistumist, enamasti märtsis ja aprillis. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse praegu peamiselt lepa käbisid — *fructus Alni.*

Käbisid kogutakse sügisel ja talvel. Noa või aednikukääridega lõigatakse maha oksad koos käbidega. Oksad ja viljaraod eemaldatakse; käbid kuivatatakse soojas ruumis.

Käbid seemnetega või ilma on pruunid või tumepruunid. Standardnõuded: niiskust mitte üle 12%, tuhajääk kuni 3,5%, üksikuid käbisoomuseid ja seemneid alla 3%, käbisid koos raoga kuni 3%, muid orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab 6—9% parkaineid, sealhulgas kuni 3% tanniini ja kuni 4% gallushapet.

Lepakäbidest on valmistatud kuivekstrakti (t h m e l i i n — *tchmelinum*). Seda võetakse vastavalt arsti ettekirjutusele 3—6 korda päevas, korraga 0,5—0,6 grammi, akuutse või kroonilise kõhulahtisuse puhul.

Halli lepa käbisid kasutatakse praegu peamiselt tugevat kootavat parkainet sisaldava vahendina seedehäirete, ägeda ja kroonilise soolepõletiku (enteriidi) ja jämesoolepõletiku (koliidi) puhul. Kuulub kõhulahtisust raviva tee nr. 4 koostisse (2 osa lepakäbisid, 1 osa ussitatrajuurikaid). Seda valmistatakse vesileotisena või kerge keedisena, võttes 4 grammi droogisegu klaasi vee kohta. Juuakse 3 või 4 korda päevas, 1/4 klaasi korraga.

Halli lepa käbide kõrval kasutatakse sagedasti ka sanglepa droogi.

Sanglepp — *Alnus glutinosa* (L.) J. Gaertn., *Betulaceae.*

Emalepp, koeratamm, lailepp, mustlepp, samblepp, seatamm, tammlepp, verilepp, võsalepp.

Ольха черная, о. клейкая.

Kasvab lodumetsades ja niisketes segametsades, kallastel, jõelammidel. Kuni 30 m kõrgune puu, noorelt põõsas. Tüvi on sirge, alusel kõrgelt oksteta, võra ladvas ümmargune; koor noorelt rohekaspruun, sile, läikiv, vanemalt tüvel tugevasti lõhestunud tumehall korp; pungad punakaspruunid. Lehed rootsulised, ümmargused või äraspidimunajad, alusel veidi kiiljad, 4—9 cm pikad, 3—7 cm laiad, tipust tömbid, pügaldunud, servast loogelised või jämesaagjad, pealt paljad, tumerohelised, alt helerohelised, roodude nurkades roostekollaste karvadega; kogu leht noorelt pihkane, kleepuv, pealt läikiv, alt läiketu. Õied ühesugulised; isasõied urbadena, moodustuvad juba sügisel, talvel on violettpruunid, õitsevad kevadel enne lehtede puhkemist; tolmukapead kollased; emasõite kandelehed pruunikaspunased. Viljakäbid ümmargused, 1—2 cm pikad. Õitseb märtsis ja aprillis. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse samuti peamiselt käbisid. Neid kogutakse samal viisil nagu halli lepa käbisid. Droog sisaldab samu aineid nagu halli lepa droog.

46. Leusea — *Rhaponticum carthamoides* (Willd.) Iljin (*Leuzea carthamoides* DC.), *Compositae*.

Левзея сафлоровидная, маралий корень.

Leusea on mitmeaastane 40—180 cm kõrgune rohttaim. Eesti NSV-s ei esine, on aga ravim- ja dekoratiivtaimena kultiveeritav. Lehed vahelduvad, laskuvad, juurmised rootsuga, suured, sulglõhised, karvaste servadega. Õied violetsed, peaaegu kerakujulistes korvõisikutes läbimõõduga 3—7 cm. Õitseb juulist septembrini. Õisikus ainult putkõied. Metsikult kasvab subalpiinsetel aladel, mägiaasadel ja -heinamaadel, sageli tihnikutena, Altais ja Sajaanides, ulatudes kuni Baikalini. Kultiveeritakse Leningradi ja Novosibirski oblastis.

Kultiveerimiseks valitakse viljakas, kerge, kuid mitte kuiv pinnas, millele talvel ja kevadel ei koguneks vett. Leusea reageerib hästi väetistele. Väetised antakse nagu tavalistele põlluviljadele sügiskünni alla. Temperatuuril 0°

20—30 päeva stratifitseeritud seeme külvatakse, võimalikult vara kevadel, äsja haritud põllule 1,5—2 cm sügavusele, reavahega 60 cm. Külvinorm 24 kg/ha. Taimed tärkavad 9—20 päeva pärast. Esimesel aastal areneb ainult leherosett. Alates teisest aastast hakkavad taimed õitsema. Kultuuride hooldamine seisneb reavahede kohendamises ja umbrohu kõplamises ridadelt, vastavalt vajadusele. Kevaditi väetatakse kultuure mineraalväetisega ridade vahelt. Saagi kogumine algab mitte varem kui 3. aastal, tavaliselt 4. aastal.

Ravimina kasutatakse leusea juuri koos juurikaga — *rhizoma cum radicibus Leuzeae*. Droog kogutakse septembris-oktoobris. Maast väljakaevatud juurestik pestakse ja kuivatatakse päikese käes. Jämedamad juurikad võib tükkideks lõigata. Juurikas on horisontaalne, kergelt paindunud, 6 cm pikk, kuni 2 cm jäme. Selle külge kinnituvad 15—35 cm pikkused, 0,1—1 mm jämedused juured. Juured ja juurikas on tumepruunid, peaaegu mustad, murdepind määrdunudkollane.

Droogi keemiline koostis ei ole veel täielikult selgitatud. Juurikas ja juurtes on leitud vaigutaolisi aineid, jälgedena eeterlikku õli, rohkesti inuliini, 5% parkaineid. Tuhas on rohkesti fosforit.

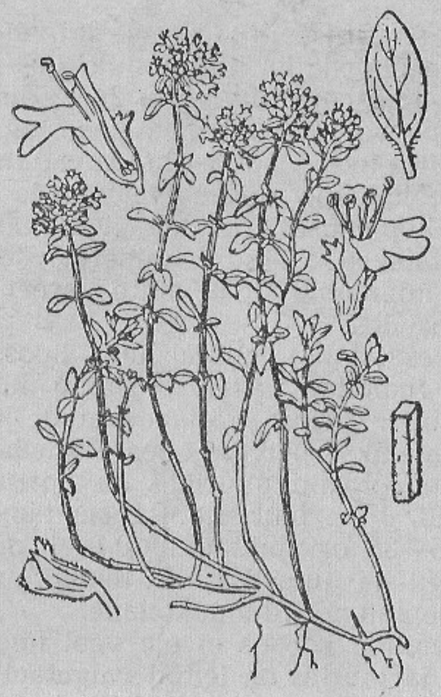
Rahvaravimina kasutatakse Siberis juurte keedist tervenevatele või haigetele ja vanadele inimestele jõudu andva vahendina.

Teaduslikus meditsiinis kasutatakse leusea juurte ja juurikate alkoholleotist — *tinctura Leuzeae carthamoidis* (15—25 tilka) või vedelekstrakti — *extractum Leuzeae carthamoidis* (15—20 tilka) toniseeriva vahendina asteeniliste ja asteenilis-depressiivsete seisundite puhul. Leusea ekstraktist valmistatakse ka toniseerivat limonaadi «Sajaanid», mis mõjub virgutavalt. Kõrvaltoimet ei ole.

47. Nõmm-liivatee — *Thymus serpyllum* L., *Labiatae*.

Imetserohi, kaetisrohi, kahetsekõllad, kaibajusrohi, kolmainujumalarohi, kurjasilmarohi, maarjahain, mehitsehaina', nõmmetee, pagarodinad, ravanduserohi, rägarohi, timmerjaanid, tümijaanid, üheksatõverohi jne.

Чабрец, богородская трава, тимьян ползучий.



Nõmm-liivatee kasvab nõmmedel, liivikutel, kohati lagedatel kuivadel liivastel niitudel, seljakutel, mererannas liivikutel; paiguti moodustab tihedaid kogumikke. Ta on mitmeaastane poolpõõsas, mille puitunud vars on kas püstine, tõusev või lamav, 5—30 cm pikk, enamasti ümmargune või nõrgalt kandiline, ümberringi karvane, alusel tublisti oksine. Lehed on lineaalsed või piklikud, terveservalised, väikesed, rootsuks ahenevad, servast veidi tagasi käändunud. Õiekroon kahehuuleline, heleverev, lilla, harva valge; õisik — pikergune või ümardunud nutitaoline ebamännas. Õitseb juulist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse nõmm-liivatee lehti ja õisi, õigemini varte ülemisi osi koos lehtede ja õitega — *herba Serpylli*.

Kogutakse õitsemise ajal (juulis, augustis), aga ka pärast õitsemist, lõigates terava noaga ära varte rohelised osad okste ja õitega, mitte võttes lehtedeta, puitunud

varreosi. Kuivatatakse koheda õhukese kihina varjulises kohas tuuletõmbuses. Kuivanud osad hõõrutakse käte vahel või kolgitakse peeneks; seejärel eraldatakse varred sõelumise teel.

Droog on roosakas- või violettpunaste õite ja roheliste lehtede segu, aromaatse lõhna ja kergelt kampritaolise maitsega. Niiskust võib sisaldada mitte üle 13%, peenikesi taimeosi ja varsi kuni 5%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt. Droog sisaldab 0,5—1,0% eeterlikku õli. Viimases leidub 1—30% tümooli, kuni 20% karvakrooli, tsümooli ja teisi terpeene. Droogis on ka parkaineid, mõruaineid, flavonoide, ursool- ja oleanoolhapet jne.

Kasutatakse peamiselt teena ja keedisena köha vastu (ühekordseks annuseks 2—4 grammi droogi) või vedelekstraktina köhasiirupites, nagu p e r t u s s i i n. On soovitatav tarvitada ka palaviku, maogaaside, maksa- ja sapipõiepõletiku puhul.

Ravimtaimena kasutatakse ka aed-liivateed.

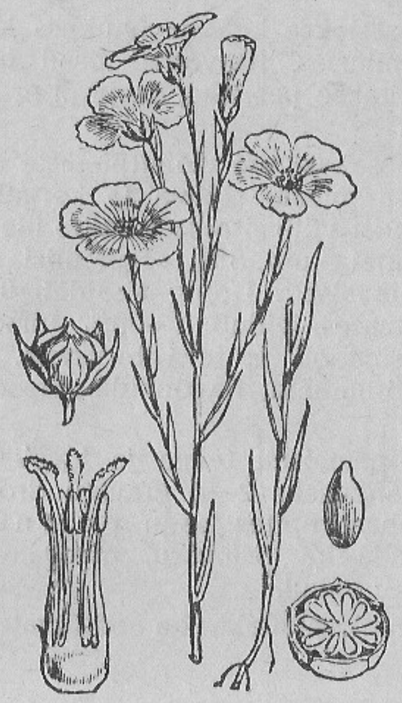
Aed-liivatee — *Thymus vulgaris* L., *Labiatae*.

Тимьян обыкновенный.

Aed-liivatee ei kasva meil metsikult, vaid ainult kultuuris. Erinevuseks nõmm-liivateest on täiesti puitunud vars, püstine või tõusev, hästi oksine, kuni 40 cm kõrge. Lehed servast tublisti sisse käärdunud. Õied lillad või roosakad. Õitseb juulis ja augustis.

Ravimina kasutatakse samuti peamiselt ürti — *herba Thymi*. Kogumise ja kuivatamise viis sama mis nõmm-liivateel. Eeterlikku õli sisaldab aed-liivatee rohkem (1—2%) ja õli koostises on vähemalt 42% fenoole, peamiselt tümooli. Fenoolide rohke sisalduse tõttu toimib nii ürt kui ka õli pisikuid hävitavalt (bakteritsiidselt). Peale selle sisaldab droog tümuunhapet, tüümussaponiini, ursool- ja oleanoolhapet, luteoliini ja selle glükosiide. Kasutatakse üldiselt samuti nagu nõmm-liivateed; kuulub ka köhasiirupi pertussiini koostisse.

Puhast eeterlikku õli — *oleum Thymi* — kasutatakse välispidiselt.



48. Harilik lina — *Linum usitatissimum* L., *Linaceae.*

Lihtne lina, ljõna, linalill, sine (rahvalauludes), sinnid.

Лен обыкновенный.

Harilik lina kasvab peamiselt põldudel kultuurtaimena, harva ka metsikult põldude läheduses, linaligude kaldal. Ta on üheaastane kiudtaim, 50—100 cm kõrge. Vars on lihtne, paljas, ülemises osas oksine. Lehed vahelduvad, kitsassüstjad, teritunud, terveservalised, ülespoole suunatud. Õied taevassinised, alusel pisut kollakad, korrapärased, viietised; tupplehed munajad või süstjad, teritunud, servast ripsmelised. Õisik — hõre kännas. Vili — ümmargune, mitmepesaline kupar. Õitseb juunis, juulis. Eesti NSV-s põldudel sage.

Ravimina kasutatakse peamiselt lina seemneid — *semen Lini.* Seemned kuivatatakse kupardes. Kuprad purustatakse

ja seemned tuulatakse hästi läbi, et eemaldada mitmesuguseid umbrohuseemneid.

Hästi kuivatatud seemned on läikivad, pruunid. Niiskuse ülemmäär 12%, tuhajääk kuni 6%. Säilivad tarvitamiskõlblikena 1 aasta.

Lina seemned sisaldavad lima (väliskestas, kuni 12%) ja rasvõli (kuni 48%). Rasvõli koostisse kuuluvad linoleenhape (kuni 45%), linoolhape (kuni 35%), õlihape (kuni 20%) ning palmitiin- ja steariinhape. Seemned sisaldavad veel umbes 20% valku, kuni 26% suhkruid, mürgist glükosiidi linamariini, milles leidub sinihapet, letsitiini, steriini jne.

Kasutatakse limajoogina köha puhul, lahtistina, eriti pärasoolepõletiku ja hemorroidide ravimisel, linaseemneõlina maksakivide korral. Välispidiselt tarvitatakse linaseemnepulbrit hautisteks paisete, neeru- ja maksavalude ning liigesereuma valude puhul.

L i m a j o o g i valmistamiseks võetakse 1 osa terveid seemneid 30 osa kuuma vee kohta. Juua umbes 1 klaasitäis korraga. H a u t i s e k s segatakse seemnete pulber kuuma veega pudruks, täidetakse sellega õhukesest riidest kott, asetatakse kuumalt haigele kehaosale ja kaetakse soojalt.

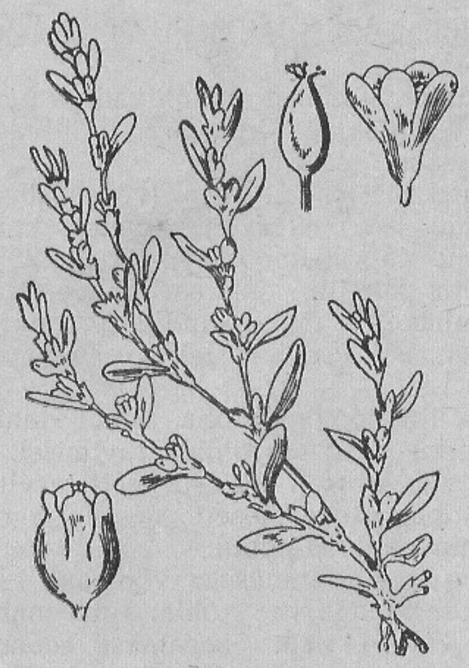
Linaseemneõli kuulub kuivavate õlide hulka. Seda kasutatakse värnitsa valmistamiseks. Peale selle on ta tuntud toiduõlina. Linaseemneõlist valmistatakse ka preparaati l i n e t o o l i (*linaetholum*), mis koosneb linaseemneõlis sisalduvate rasvhapete (samas vahekorras) etüülestritest. Linetooli võetakse sisse ateroskleroosi raviks ja profülaktikaks. Välispidiselt kasutatakse linetooli põletushaavade ja naha kiirtuskahjustuste raviks.

49. Harilik linnurohi — *Polygonum arenastrum* Bor. (*P. aviculare* auct.), *Polygonaceae.*

Hanerohi, hanimuru, hambarohi, kanalemmes, kanasööt, kirburohi, liikmerohi, limarohi, maaliserohi, niserdushain, randjammed, rägalehed, tsiahain, õuemuru.

Птичья гречиха, горец птичий, спорыш.

Harilik linnurohi kasvab õuedel, teedel, muruplatsidel, tänavatel, põlluservadel. Ta on üheaastane rohttaim, 5—



40 cm pikk. Vars on lamav või tõusev, väga harva püstine, oksine, paljas, enamasti tumeroheline, vahel ka punakaspruun. Lehed süstjad, elliptilised, harva ümardunud, lühirootsulised või rootsutud, teravad või tömbid, väga mitmekujulised; abilehtede tõrved helepruunid või läbipaistvalt nahkjad, hiljem lõhestunud. Õied 2—3 mm pikad, lühiraolised; õiekate lehterjas, 5 tipmega, mis on rohekasvalged või roosad; tolmukaid 8, emakakaelu 3. Vili — kolmekandiline pähklike, kuni 3 mm pikk, mustjaspunane, teritunud. Õitseb maist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Polygoni avicularis.*

Ürti kogutakse taime õitsemise ajal kogu suve kestel, lõigates lehti ja õisi kandvad varreosad umbes 15—20 cm pikkuselt. Eraldatakse pruuniks muutunud taimeosad koos mineraalainetega ja kuivatatakse droog tuuletõmbuses õhukese kihina.

Standardnõuded droogi kohta: niiskust mitte üle 13%, üksikuid lehti kuni 3%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt. Droog sisaldab flavoonglükosiide avikulariini, hüperosiidi, kvertsitriini jt., natuke (umbes 3%) parkaineid, 1% ränihapet, C-vitamiini, karotinoide.

Hariliku linnurohu vesileotist kasutatakse neerupõletiku, neeru-, sapi- ja põiekivide ning põiepõletiku ravimisel. Valmistamine: võetakse 20 grammi peenestatud droogi 2 klaasi keeva vee kohta, lastakse tõmbuda, siis kurnatakse läbi sõela või riide. Seda leotist võetakse 3 korda päevas, enne söömist, 1 supilusikatäis korraga.

Harilikust linnurohust valmistatakse preparaati a v i k u l a r e e n i, mida kasutatakse emakaverejooksu ja sisemiste verejooksude puhul.

50. Harilik lodjapuu — *Viburnum opulus* L., *Caprifoliaceae.*

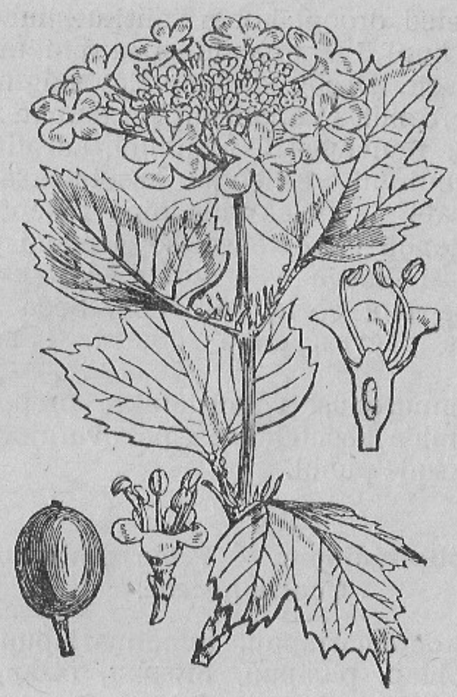
Eispuu, hullukoeramarjapuu, hundimarjapuu, koerapuu, koerõispuu, loidap, pitsipuu, ärispuu, õiskapuu, õiskas, õispuu, õitspuu, õrispuu jne.

Калина обыкновенная.

Harilik lodjapuu kasvab metsaservadel, niisketel aruniitudel, võsastikes, tarade ääres. Ta on kuni 4 m kõrgune põõsas. Lehed on vastakud, kolmehõlmalised, vahtralehetaolised, sopiliselt hambuliste teravate hõlmadega, siledad, enamasti pikarootsulised, pealt paljad, alt udemelised; abilehed harjasjad. Õied tipmistes hõredates ebasarikates, valged; ebasarika servmised õied sisemistest palju suuremad, 1,5—2,5 cm läbimõõdus, lamedad, 5 erisuuruse tipmega, viljatud; sisemised õiekroonid tolmukate ja emakatega, lühikellukjad, 4—5 mm pikad, valged või punakasvalged. Vili — erepunane mari, 8—10 mm pikk, ühe seemnega (luuvili). Õitseb mais ja juunis. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse hariliku lodjapuu võsude ja okste koort — *cortex Viburni,* harvemini marju ja õisi.

Kogutakse okstelt, võsudelt ja võrsetelt kevadel, mahlade voolu ajal, kui koor on lahti. Sobivad võrsed või oksad lõigatakse põõsalt maha, laasitakse ja tehakse üks-



teisest 10—20 cm kaugusele ringikujulised sisselõiked, mis ühendatakse ühe pikilõikega. Koor eemaldatakse torukujuliste juppidena. Võib ka laasitud okstelt, suunaga tüve poolt ladva poole, koor korraga maha tõmmata ning hiljem ühepikkusteks (umbes 10—20 cm) juppideks tükeldada. Droog kuivatatakse vilus, heas tuuletõmbuses. Kategooriliselt on keelatud koorida kasvava põõsa oksi või võrseid. Eemaldatud koor ei taastu ja paljaks kooritud oksad kasvava põõsa küljes rikuvad looduse ilu.

Droog koosneb lamedatest või renni- või torukujulistest tükkidest, mille paksus on 1,5—2 mm. Nende välispind on kortsuline, pruunikas või rohekashall, seesmine pind sile, hele- või pruunikaskollane, punaste triipude või täppidega; droog on lõhnata, kootava maitsega. Standardnõuded: niiskust kuni 14%, mustaks tõmbunud kooretükke alla 5%, puidujäänustega koort ja oksakesi kuni 2%, üldine tuhajääk 5%.

Droog sisaldab kuni 6,5% kollakaspunast vaiku. Vaigu seebistuv osa sisaldab väga mitmesuguseid orgaanilisi happeid, alates sipelghappest ning lõpetades palmitiinhappega. Mitteseebistuv osa sisaldab fütosteriini ja müritsüülalkoholi. Droogis leidub ka parkaineid (2%) ja amorfset väheuuritud glükosiidi viburniini. Marjad sisaldavad invertsuhkrut kuni 32%, parkaineid 3%, orgaanilisi happeid 3% ja C-vitamiini.

Kasutatakse keedisena või vedelekstraktina verejooksude, eriti emakaverejooksu korral.

Vedelekstrakti võetakse 2 või 3 korda päevas, 20—40 tilka korraga.

Kasutatakse ka noori võsusid vannideks nahahaiguste, vistrikkude ja sügeliste puhul.

Kuivatatud lodjapuumarju tarvitatakse C-vitamiini sisalduse tõttu vitamiinteena.

51. Harilik lõhnhein — *Hierochloë odorata* (L.) Beauv., *Gramineae.*

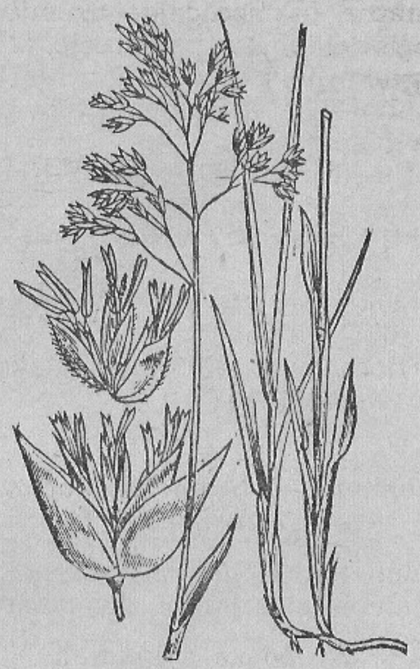
Maarjahein, niidu-lõhnhein, maarja-kastehein, maarjaluha, maarjarohi, soo-maarjahein.

Зубровка душистая.

Harilik lõhnhein kasvab sooniitudel, võsastikes, niisketel aruniitudel, raiesmikel, teeservadel. Ta on mitmeaastane kõrreline, 15—60 cm kõrge, veidi lõhnav, moodustab pikki võsundeid. Kõrs püstine, sile, 1—2 mm jäme, alusel mitu ligistunud sõlme, lehetuped paljad; närimisel kumariini maitsega. Ülemine leht on pika tupega, aga lühikese labaga; keeleke 2—4 mm pikk, teritunud. Pööris hõre, õitsemise ajal laiuv, pruunikaskollane, pöörise alumised oksad kahekaupa. Pähikud lühiohtelised; libled piklikmunajad, nahkjad, läikivad. Teris väga väike, vaevalt 2 mm pikk. Õitseb mais ja juunis. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Harilik lõhnhein on apteekides ravimina vähekasutatav. On tarvitatud taime maapealset osa, ürti — *herba Hierochloae odoratae.*

Kogutakse õitsemise ajal, mais ja juunis. Taim lõigatakse juurmistest lehtedest kõrgemalt, eemaldatakse õisikud ja kõrre alumine osa, kuivatatakse varjulises tuuletõmbuselises kohas väikese kimbukesena või lahtiselt õhukese kihina. Kuiva droogi säilitatakse kimbukestes läbimõõduga 3—5 cm.



Droogiks on helerohelised, kuni 25 cm pikkused, omapärase kumariinilõhnaga varred ja lehed.

Droog sisaldab meeldiva lõhnaga ainet — oksükaneelhappe anhüdriidi ehk kumariini. Kumariin leidub taimes glükosiididena. Kuivatamisel lagunevad glükosiidid osaliselt ja vabanenud kumariin põhjustab droogi meeldiva lõhna. Standardnõuded: niiskust mitte üle 13%, juurmisi lehti ja õieosi kuni 5%, peenestunud lehti pikkusega alla 5 cm kuni 3%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Harilikust lõhnheinast saadakse eeterlikku õli, mida kasutatakse välispidiselt kompressideks ja aromaatsete vannide tegemiseks, mis mõjuvad valu vähendavalt. Seespidiselt on tarvitatud hariliku lõhnheina teed kõhuhaiguste puhul.

Peamist kasutamist leiab harilik lõhnhein likööride ja napside valmistamisel. Teda tarvitatakse ka koide tõrjeks.

Hariliku lõhnheina kõrval kasutatakse ka teist sama perekonna liiki — lääne-lõhnheina.

Lääne-lõhnhein — *Hierochloë australis* (Schrad.) Roem. et Schult., *Gramineae.*

Зубровка южная.

Lääne-lõhnhein erineb harilikust lõhnheinast selle poolest, et tal on ülemine lehetupp ilma labata, pööris on kitsas ja rohekaspruun, kõrgus 30—70 cm. Taim on lühikeste võsunditega ja hästi lõhnav. Kasvab peamiselt kuivades leht- ja segametsades, sagedamini võsaga kattunud seljakutel. Õitseb veidi hiljem kui harilik lõhnhein — juunis ja juulis, harva ka juba mais.

Lääne-lõhnheina kogutakse droogiks samal viisil nagu harilikku lõhnheina.

52. Maarja-sõnajalg — *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott, *Aspidiaceae.*

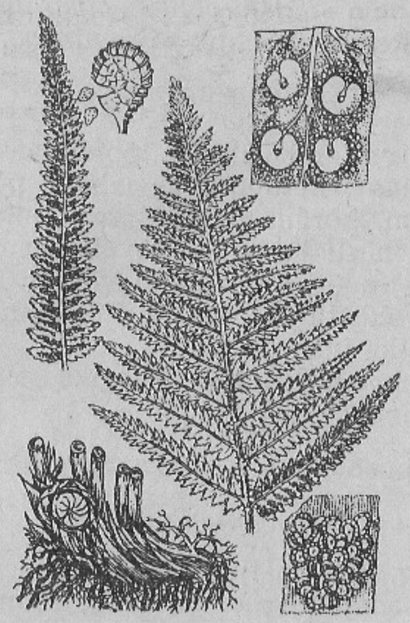
Imarik, kilpjalg, kivi-imeljuur, kivimagun, kõrvesõnajalg, nõiasõnajalg, sadajalajuur, saneljalg, söönjalg, viigirohi.

Щитовник мужской, папоротник мужской.

Maarja-sõnajalg kasvab varjukais niiskeis segametsades, nõlvadel, paekaldaalusel. Juurikas lehtede ringi all on jäme, poolviltu mullas, eespool tõusva tipuosaga, tagapool tihedalt kattunud vanade lehtede tüügastega. Lehed kuni 100 cm pikad, suvehaljad, asetsevad enam-vähem korrapärase lehtrina, leheroots mitu korda lühem kui lehelaba, tihedalt kattunud pruunikate sõkalsoomustega; lehelaba piklik-elliptiline, lehekesi kummalgi küljel 20—35; nende servad on täkilissaagjad. Eoskuhjad lehtede alumisel pinnal suured, neerja looriga; eosed pruunid, kerajad või neerjad. Eosed valmivad juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s võrdlemisi sagedasti.

Sõnajala juurikaid — *rhizoma Filicis maris* — kasutatakse praegu ainult farmaatsiatehastes ekstrakti valmistamiseks. Apteekides droogi müügil ei ole.

Juurikaid kogutakse sügisel septembris-oktoobris, sest varakevadel on raske taime kasvukohti leida. Väljakaevatud juurikad puhastatakse mullast, eemaldatakse juured ja lõigatakse terava noaga ära lehetüügaste kärbunud osad, kuni tulevad nähtavale rohekasvalged lõikepinnad. Tarbe korral (et oleks parem puhastada) võib juurika, millele



kinnituvad jämenenud leherootsude jäänused, lõigata ka tükkideks. Droogi ei kuivatata, vaid kasutatakse kohe ära ekstrakti valmistamiseks. Kuivatada ja säilitada võib droogi ainult väga lühikest aega, sest toimeained lagunevad kergesti.

Maarja-sõnajala droogi moodustavad 10—20 cm pikad juurikad koos eelmiste aastate leherootsude tüügastega. Viimased on kõvera pulga kujulised, läbimõõduga 0,4—0,8 cm. Juurika läbimõõt koos temale tihedalt kinnitunud rootsutüügastega on 5—7 cm. Juurikas ja lehetüükad on väljastpoolt tumepruunid, läbilõikes helerohelised; lõhn nõrgavõitu, maitse magus, kootav.

Droogi peamised toimeained on võihappe ja floroglutsiini derivaadid. Mida rohkem on aine molekulis floroglutsiini tsükleid, seda tugevama toimega ta on. Nii näiteks on fiilikshape (ekstraktis 14—18%, sisaldab 3 floroglutsiini tsüklit) tugevama toimega kui flavaspidiinhape (ekstraktis 31—49%, sisaldab 2 floroglutsiini tsüklit) või aspidinool (sisaldab ühe floroglutsiini tsükli). Toimeained lahustuvad kergesti eetris. Ekstrakt saadaksegi eetriga ekstraheerimisel. Juurikad sisaldavad kuni 8% eetriga ekstraheeritavaid

aineid, millest 25% moodustavad ülalkirjeldatud toimeained, ühise nimega toorfilitsiin. Droog sisaldab veel parkaineid, mõruaineid, rasva, suhkruid, eeterlikku õli ja rohelist värvainet. Roheline värvaine laguneb niisama kiiresti kui toimeained. Kui droog pole enam valkjasroheline, siis võib arvata, et ka toimeained on lagunenud.

Juba iidsetel aegadel kasutati sõnajala juurikat ravivahendina, eriti soolenugiliste väljutamiseks nii inimestel kui ka loomadel. Praegu kasutatakse maarja-sõnajala juurikat lai- ja paelusside väljutamiseks. Toimeaine halvab soolenugiliste silelihaseid, pikemal mõjustamisel aga võib neid ka surmata. Et see aine imendub mao ja soole limaskesta kaudu aeglaselt, ei avalda ta inimesele otsekohe mürgitavat mõju, vaid see ilmneb hiljem. Seepärast peab umbes 2 tundi pärast ravimi sissevõtmist sooled sobiva lahtisti, nagu mõrusoola, glaubrisoola või purgeeni abil täielikult tühjendama. L a h t i s t i n a e i t o h i k a s u t a d a r i i t s i n u s - e h k k a s t o o r õ l i, sest mürkaine lahustub selles osaliselt ja muutub imenduvaks.

Südame-, neeru- ja maksahaigetel ning haavandtõve, ägeda mao- ja soolepõletiku, kehvveresuse, tuberkuloosi ja raseduse puhul võivad sõnajala juurika toimeained mürgitust põhjustada. Seepärast tuleb iga kord, kui soovitakse tarvitada sõnajala juurikat või selle valmispreparaate, pöörduda arsti poole.

Apteekides väljastatakse järgmisi maarja-sõnajala preparaate: 1) f i l i k s a a n — juurika kuivekstrakt tablettidena, à 0,5 grammi; 2) s õ n a j a l a e k s t r a k t — püdel mass želatiinkapslites, à 1 gramm.

Põõsakujulistest sõnajalgadest esineb Eesti NSV-s kõige rohkem n a i s t e s õ n a j a l g — *Athyrium filix-femina* (L.) Roth. Naistesõnajala juurikas on välispinnalt must. Lehtede tüükad on kahe sakilise servaga, vähikaelataolised. Leherootsu murdmisel jäävad niitidena nähtavale 2 soonekimpu (maarja-sõnajalal on neid palju). Naistesõnajala juurikas ei kõlba droogiks.

Küll aga kasutatakse mõnedes maades ekstrakti valmistamiseks o h t e s e s õ n a j a l a — *Dryopteris carthusiana* (Vill.) Fuchs [*D. spinulosa* (O. F. Müll.) Watt] — juurikaid. Ohtene sõnajalg erineb maarja-sõnajalast selle poolest, et tal on lehed tavaliselt kolmelisulgjad, lehekesed sulglõhiselt saagjad või hambulised, hambad lõpevad terava ohtega. Ohtese sõnajala juurikad on enamasti väiksemad, lehe-

rootsude tüükad on peenemad ning asetsevad juurikal hõredamalt. Eesti NSV-s esineb ohtene sõnajalg palju sagedamini kui maarja-sõnajalg. Ohtene sõnajalg sisaldab samu toimeaineid mis maarja-sõnajalg.

Varjukates okasmetsades, harvemini kui eelmine liik, esineb meil ka laiuv sõnajalg — *Dryopteris dilatata* (Hoffm.) A. Gray (*D. austriaca* auct.), suurte laiade lehtedega liik. Lehed sageli kuni neljalisulgjad. Juurikas sarnaneb välimuselt maarja-sõnajala juurikaga. Kasutatakse mõnedes maades samuti nagu eelmist liiki. Eetriga valmistatud ekstrakt on mõlemal viimasel liigil paks, võitaoline (maarja-sõnajalal — vedel). NSV Liidus ei ole lubatud kahte viimastena mainitud liiki kasutada.

53. Harilik maasapp — *Centaurium minus* Moench (*C. umbellatum* Gilib.), *Gentianaceae*.

Jooksvarohi, luujooksvarohi, naisterohi, põldhumalad, sapirohi, silmapisarad, soot, sööthumalad.

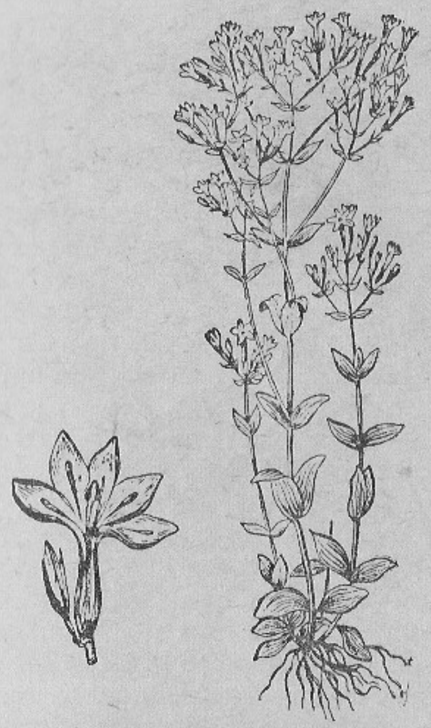
Золототысячник зонтичный.

Harilik maasapp kasvab üksikult või väikeste rühmadena niitudel, võsastikes, enamasti kuivadel metsaservadel, karjamaadel, teeäärtel, kraavikallastel. Ta on ühe- või kaheaastane rohttaim, 15—30 cm kõrge, püstise, lihtsa või ülalt oksise neljakandilise palja varrega. Alumised lehed on äraspidimunajad, tömbid, lühirootsulised, asetsevad enamasti kodarikuna; varrelehed on piklikmunajad või süstjad, teravad, rootsutud. Õied on roosad, 5 kroonlehega, laiunud servisega; tupp õitsemisel õieputkest peaaegu poole lühem. Õisik on sarikpööris. Õitseb juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kogu territooriumil, kuid harva.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Centaurii*.

Harilikku maasappi kogutakse õitsemise algul, juulis ja augustis, kui juurmised lehed ei ole veel hakanud koltuma ja kuivama. Taimed lõigatakse noaga juure ligidalt maha, nii et lehtede kodarik jääb varre külge, kuivatatakse varjulises kohas ja seotakse kimbukesteks.

Standardnõuded droogi kohta: niiskust kuni 14%, loomuliku värvuse kaotanud õitega taimi alla 5%, tuhajääk



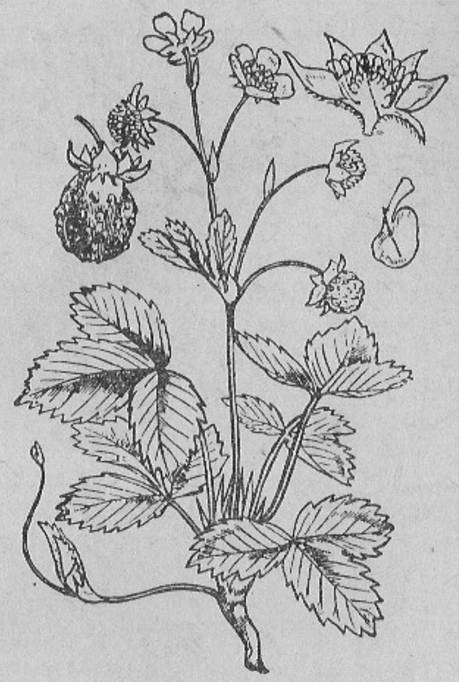
kuni 7%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab mõru maitsega glükosiide erütauriini ja gentsiopikriini. Erütauriini lagunemisel tekib glükoos ja aglükoon erütrotsentauriin. Peale nende sisaldab droog 0,6—1% alkaloide, sealhulgas ka gentsianiini, oleanoolhapet ja C-vitamiini. Alkaloidid ei oma terapeutilist tähtsust.

Droogi kasutatakse söögiisu tõstmiseks ja seedeelundite tegevuse parandamiseks. Kuulub nn. mõrutinktuuri — *tinctura amara* — koostisse.[1]

On lubatud kasutada ka väikest maasappi — *Centaurium pulchellum* (Swartz) Druce. See taim on 2—10 cm kõrgune, samuti roosade õitega, kuid kasvab ainult mererannikul ja rannaniitudel, kuid mitte rohkesti.

[1] Mõrutinktuuri määratakse söögiisu tõstmiseks ja seedimise parandamiseks. Võetakse 3 korda päevas, veerand või pool tundi enne söömist, 10—20 tilka korraga.



54. Metsmaasikas — *Fragaria vesca* L., *Rosaceae.*

Maask, mantsikas, mäntsikas, punakas, ränimari.

Земляника лесная.

Metsmaasikas kasvab kuivadel niitudel, kivikangrutel, paemurdude rühal, tarade ääres, kraavikallastel, raiesmikel jne. Ta on mitmeaastane rohttaim. Vars on püstine, 7—15 cm kõrge. Lehed juurmised, pikarootsulised, kolmetised, lehekesed munajad või viltumunajad, servast suurehambalised, roots ja labad kaetud lidus karvadega. Õied valged, 5 kroonlehega, väheseõielistes ebasarikates; tupplehed kolmnurksed, teravad, laiuvad või tagasi käändunud. Vili — munajas või peaaegu ümmargune «mari», toorelt valkjas, valminult helepunane, maitsev ja aromaatne. Õitseb mai lõpust augustini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse maasika marju — *fructus Fragariae,* harvemini lehti — *folia Fragariae,* õisi — *flores Fragariae* — või kogu õitsevat taime.

Kogutakse valminud marju juunis ja juulis kuiva ilmaga hommikuti pärast kaste kadumist või õhtupoolikul enne kaste tekkimist. Märjad marjad säilivad halvasti. Kuivatamiseks pannakse marjad õhukese kihina ahju või kuivatisse. Kuivatamine peab toimuma kiiresti, temperatuuril umbes 65 °C.

Kuivatatud marjade värvus ei tohi tumeneda ega marjad surumisel kokku kleepuda. Droog võib sisaldada niiskust kuni 13%, peenikesi osi kuni 5%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Kuivatatud marjad sisaldavad suhkruid (kuni 10%), orgaanilisi happeid (õun-, sidrun-, viin-, salitsüül- jt. happed), C-vitamiini (20—50 mg%), karotiini (0,3—0,5 mg%), parkaineid (0,4%), pektiine (1,5%) ja antotsüaane, rohkesti rauda ja kaltsiumi. Lehed sisaldavad C-vitamiini 250—280 mg% ja flavonoide.

Värsked marjad on väärtuslik toiduaine.

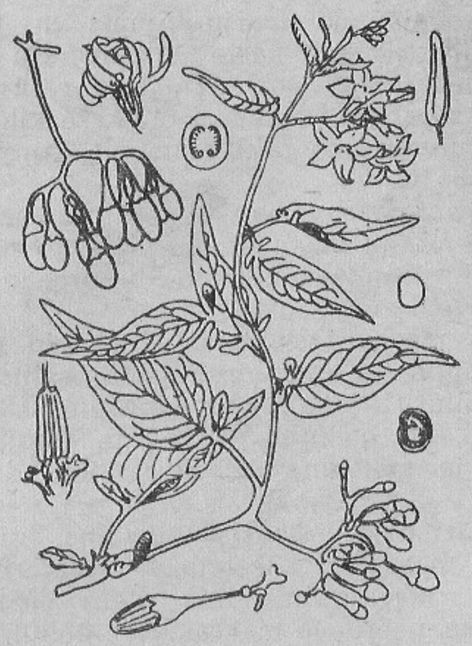
Kuivatatud maasikaid kasutatakse uriinierituse soodustamiseks ja kosutusvahendina kehvveresuse puhul, podagra raviks, neeru- ja maksakivide puhul, avitaminoosi korral ja ka emakaverejooksude vastu. Rahvameditsiinis arvatakse, et värsked marjad avaldavad üldse tervendavat mõju inimese kogu organismile.

55. Harilik maavits — *Solanum dulcamara* L., *Solanaceae.*

Jooksevapuu, jooksikurohi, kuisavits, küüsikas, maa-aluserohi, maaviharohi, majakad, mõõgavillad, puisavits, solknarohi, ussimarjad, viinapuu, võivits jne.

Паслен сладкогорький.

Harilik maavits kasvab niisketel põõsasniitudel, jõe- ja järvekallastel, lodumetsades, raiesmikel, tarade ääres. Ta on poolpõõsas, enamasti lamava või isegi roniva, kuni 2 m pika varrega; alumine varreosa sagedasti väikese sõrme jämedune, puitunud, ülemised osad rohtjad, pisut kandilised, enamasti paljad. Lehed rootsulised, väga mitmesuguse kujuga, harilikult kolmetised; lehekesed munajassüstjad, teravad või teritunud, alusel südajad, lõhised, ülemised mõnikord odajad, mõlemalt poolt hõredalt karvased, tipmine leheke külgmistest suurem. Õiekroon



korrapärane, violetne, harva roosakas, viie tipmega, mille alusel on igaühel 2 rohekat, valkjama servaga täpet; tolmukaid 5, lühikeste tolmukaniitidega ja kuldkollaste, kuhikuna liitunud tolmukapeadega; õied pöörisena või pikaraolise võnkõisikuna. Vili — piklik-ümmargune, läikivpunane mari, raol veidi tagasi käändunud. Õitseb juulist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Praegu apteekides harilikku maavitsa enam ei kasutata. Varem koguti droogiks maavitsa 1—3-aastasi võsusid — *stipites Dulcamarae*.

Hariliku maavitsa võsusid kogutakse kevadel või pärast lehtede langemist sügisel. Kuivatatakse õhukese kihina tuuletõmbuselises ruumis.

Värsked võsud on uimastava lõhnaga, mis kuivanud droogil on muutunud vaevalt märgatavaks. Maitse on algul mõru, pärast magus.

Droog sisaldab umbes 1% glükoalkaloide, mis esinevad koos spirostanoolglükosiididega. Glükoalkaloidid on spirosolaani tüüpi, aglükoonidest on siiani isoleeritud solasodiin, tomatidenool, soladultsidiin jt. Spirostanool-aglükoo-

niidest on droogist isoleeritud tigogeniin, diosgeniin ja mogeniin. Mõlemad toimeainete rühmad on antibiootilise toimega.

Droogi on kasutatud mõnikord krooniliste bronhiitide vastu, ka mitmesuguste nahahaiguste ja reuma puhul nn. verd puhastava tee koostises.

Glükoalkaloidide tõttu on taim mürgine, seepärast ei soovitata teda kasutada.

56. Unimagun — *Papaver somniferum* L., *Papaveraceae*.

Aiamaan, kivimagun, kukehelt, kukelott, lehtpunased, litamoon, maagelill, maak, maan, moon, moonilill, siidilill, siiditutt, unelill, unemoon jne.

Мак снотворный.

Unimagun kasvab peamiselt ilutaimena külvatult aedades või ka metsistunult prahipaikadel jne. Ta on üheaastane rohttaim, 30—150 cm kõrge. Vars on püstine, lihtne või oksine, paljas, sisaldab, nagu kogu taim, valget piimmahla. Lehed piklikmunajad, sinakasrohelised, paljad, ülemised rootsutud, varreümbrised, alumised ahenevad lühikeseks rootsuks, servast kõik täkilised või ebaühtlaselt saagjad. Õied pika rao otsas, kroonlehed, arvult 4, punakad, violetsed, valged, ümardunud või äraspidimunajad, alusel tumedama laiguga, terveservalised või sügavalt lõhestunud, varisevad ruttu; tupplehti 2, rohelised, paljad, varisevad kohe õie puhkemisel; tolmukaid palju. Vili — kruusjas kupar, võrdlemisi suur, mitme vaheseinaga, hulga mustade või pruunikate seemnetega; avaneb ülemises osas moodustuvate lõhedega. Õitseb juunist augustini. Eesti NSV-s iluaedades tavaline.

Unimaguna kuivatatud vilju, kupraid — *capita Papaveris* ehk *fructus Papaveris immaturi* — koos seemnetega või ilma kasutati varem apteekides ravimina, millest valmistati magunasiirupit — *sirupus Papaveris*. Tarvitati ka maguna seemneid — *semen Papaveris*. Praegu neid apteekides müügil ei ole. Unimaguna kupardes leiduv piimmahl kuivanult on tuntud o o p i u m i nime all. Seda uimastusainet väljastatakse praegu range arstliku kontrolli all. Et rohelises taimes leidub igal pool piimmahlakäike, on taime kõik rohelised osad mürgised.

Maguna seemned ei ole mürgised. Seemnetest saadakse kõrgeväärtuslikku toiduõli. Õlisisaldusest tingitud meeldiva maitse tõttu kasutatakse seemneid ka pagaritööstuses. Õli saamiseks on aretatud spetsiaalsed magunasordid.

Oopiumi saamine on töömahukas protsess. Tootmine on tasuv ainult suhteliselt soojades ja kuivades piirkondades kasvavatest oopiumimaguna sortidest, kui on olemas küllaldaselt tööjõudu. Nagu näitasid katsed Tartu Riiklikus Ülikoolis (E. Vagane), on oopiumi saamine võimalik ka Eesti NSV-s. Saadud oopium sisaldab väga rikkalikult alkaloide, kuid oopiumi üldsaak jääb siiski madalamaks kui lõunapoolsetes rajoonides.

Viimasel ajal on hakatud oopiumi alkaloidide (morfiin, kodeiin, papaveriin) tootmiseks kasutama seemnete väljapeksmisel järelejäävaid kupraid. Rentaabluse tõstmiseks on aretatud spetsiaalne õlimaguna sort («Novinka»), mis annab rikkaliku seemnesaagi ja kõrge alkaloididesisaldusega kupraid.

Oopiumi alkaloidid on kõik väga tugeva toimega. Neid võib kasutada ainult arsti ettekirjutuse järgi. Magunataime käsitsemisel tuleb olla ettevaatlik. On teada imikute surmajuhtumeid selle tõttu, et emad andsid neile riidelapisse seotult imeda pehmeks leotatud leivasisu, mis oli segatud peeneks tambitud magunakupardega, et laps kaua magaks ja ei takistaks emal tööd teha.

Praegu on keelatud määrata kuni 5-aastastele lastele unimaguna preparaati oopiumi. Ka vanemaealistele lastele antakse seda vaid äärmise vajaduse korral, sest lastel on hingamiskeskus oopiumi suhtes väga tundlik.

Oopiumimürgituse korral tuleb 1) võimalikult kohe teha maoloputus või esile kutsuda oksendamine; maoloputuseks kasutatakse nõrka kaaliumpermanganaadilahust; 2) haige viia värske õhu kätte; hingamise ergutamiseks panna kopsu piirkonda sinepiplaastreid; 3) kutsuda arst.

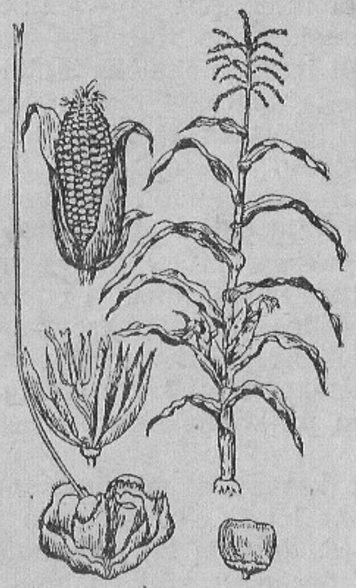
Meil metsikult kasvavad magunaliigid l i i v m a g u n (*Papaver argemone* L.), k u k e m a g u n (*P. rhoeas* L.) ja p õ l d m a g u n (*P. dubium* L.) on samuti mürgised. Ka neil sisaldavad peaaegu kõik taime osad alkaloide, kuid mitte selliseid, nagu on unimagunast saadud piimmahlas.

57. Mais — *Zea mays* L., *Gramineae*.

Kukuruus, türgi nisu.

Кукуруза.

Maisi kasvatatakse kultuurtaimena põldudel ja aedades. Ta on üheaastane kõrsvili, 1—3,5 m kõrge. Vars on püstine, sile, enamasti lihtne, harva alusel oksine, seest säsikas. Lehed süstjad, siledad, enamasti 5—12 cm laiad, kuni 120 cm pikad, lamedad, alt paljad, pealt nõrgalt karvastunud, servast lainelised, ripsmelised, lühikeste ettepoole suunatud harjaskarvadega. Õied ühesugulised; isaspähikud 2-õielised, 6 mm pikad, 3 mm laiad, kahe helevioletse liblega, tipmise, rohkearvuliste pähikutega pöörisena; emaspähikud varre alumises ja keskmises osas tõlvikuna lehtede kaenlas, ümbritsetud mitme lehetupega, millest õitsemise ajal ulatuvad välja pikad peene niidi taolised rippuvad, otsast kahelõhesed emakasuudmed. Vili — teris; terised on väga mitmesugused, läikivad, väljast enamasti tumekollased, harvemini punakad, pruunid või roheli-



sed; asetsevad korrapäraselt pika tõlvikuna. Õitseb juulist septembrini. Vili ei valmi Eesti NSV-s alati täielikult.

Ravimina kasutatakse maisi õite emakasuudmeid — *stigmata Maydis.*

Neid kogutakse maisi õitsemise ajal (meil augustis) ja kuivatatakse kiiresti õhukese kihina varjulises kohas või kuivatis temperatuuril 40 °C.

Droog (rahvapärase nimega «maisijuuksed») koosneb, olenevalt maisi sordist, helekollastest, kuldkollastest, pruunidest või punakatest siidjatest niidikestest ning on omapärase nõrga lõhnaga. Standardnõuded: niiskust kuni 13%, tuhajääk kuni 7%, mustaks muutunud osi alla 3%, purunenud, liiga peenikesi osi kuni 1%.

Droog sisaldab kuni 1600 bioloogilist ühikut K-vitamiini, C-vitamiini, pantoteenhapet, 2,5% rasvõli; mõrusid glükosiidilisi aineid kuni 1,15%, saponiine 3,18%, inosiiti, sitosterooli, vaigutaolisi aineid, allantoiini jne.

Kasutatakse sapi- ja uriinierituse soodustamiseks. Tarvitamise näidustuseks on peamiselt sapipõiepõletik, sapiteede põletik ja maksapõletik koos sapipeetusega. Droogi kasutatakse ka rööbiti K-vitamiini preparaatidega verejooksu tõkestava vahendina, peamiselt protrombiini vähesuse korral, ning meteorismi (soolegaaside) puhul.

Rahvameditsiinis on maisi tarvitatud sapi- ja põiekivide ravika. Kasutamisviis ja annused: vesileotisena — 10 grammi droogi 1 klaasi keeva vee kohta, lasta tõmbuda. Võtta 1—2 supilusikatäit iga 3 tunni järel. Kasutatakse ka vedelekstraktina, mida väljastatakse apteegis; seda võetakse 2 või 3 korda päevas, enne söömist, korraga 30—40 tilka.

Uuemate andmete kohaselt kasutatakse raviainena ka maisiteradest tärklise tootmisel kõrvalproduktina saadavat rasvõli — *oleum Maydis.* Terades leidub seda kuni 4,75%. Nn. märgjahvatamisel eralduvad teradest idud, mille pressimisel saadakse õli. Maisiõli sisaldab kuni 45% linoolhapet, ühtlasi ka β-sitosterooli ja letsitiini. Seetõttu ta hoiab ära ja vähendab skleroosi (veresoonte lubjastumist).

Peale selle sisaldab maisiõli tokoferoole (E-vitamiini) 3—4 korda rohkem kui päevalilleseemneõli, 10 korda rohkem kui oliiviõli ning 100 korda rohkem kui või ja loomarasv. E-vitamiin tugevdab lihaseid, soodustab sisenõristusnäärmete (eriti sugunäärmete) tegevust ja koos A-vitamiiniga vähendab kolesteriinihulka veres, sellega vältides ateroskleroosi tekkimist.

Maisi valkaine sisaldab palju glutamiinhapet, mis vabastab närvikoed, eriti peaaju, valgu lagunemisproduktist ammoniaagist ning soodustab ajurakkude hingamist.

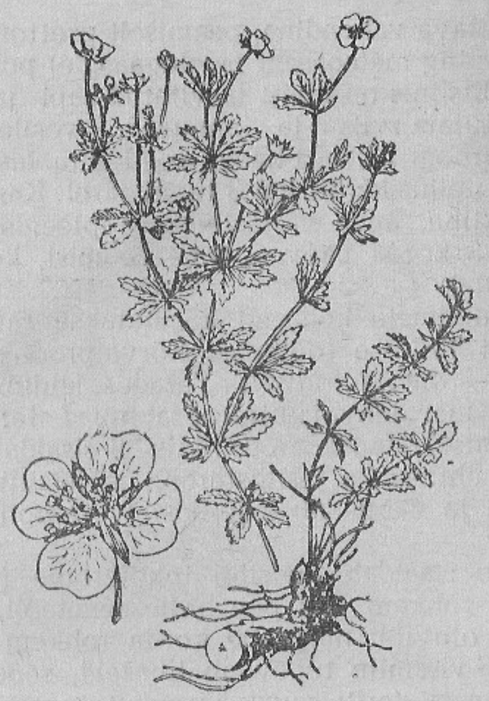
On tähelepanekuid, et maisi tarvitamisel toiduainena inimesed haigestuvad vähem vähktõvesse. Oletatakse, et see toime on tingitud magneesiumisoolade sisaldusest maisis.

58. Tedremaran — *Potentilla erecta* (L.) Räusch., *Rosaceae.*

Ehakaebtus, madarad, nabahain, nabajuur, südamejuured, südametõvelilled, tedrekamarad, tedrekulmud, tedremadalad, tedremarjajuured jne.

Дикий калган, дубровка, завязник.

Tedremaran kasvab niisketel niitudel, eriti metsaservadel, hõredates metsades, võsastikes. Ta on mitmeaastane rohttaim tugeva mustjaspruuni juurikaga, mis on seest puna-



kas ja mille läbilõikel moodustub täht vahelduvatest heledamatest ja tumedamatest osadest. Vars püstine või tõusev, 20—30 cm kõrge, ülal enamasti oksine. Lehed on sõrmjad, kolmetised, alumised viietised, kusjuures leheosad on talbjad, servast sügavalt saagjad. Õied ulatuvad lehtedest üle, on raagudel enamasti üksikult, nelja väikese äraspidimunaja, kollase, alusel tumedama kroonlehega. Kroonlehtede all on nendest kaks korda rohkem rohelisi tupplehti; õie keskel on hulk tolmukaid ja emakaid. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s peaaegu igal pool.

Ravimina kasutatakse tedremarana juurikaid — *rhizoma Tormentillae.*

Kogumine toimub varakevadel, aprillis ja mais, või sügisel, augustist oktoobrini. Juurikad kaevatakse välja labidaga, raputatakse mullast puhtaks, lõigatakse ära maapealsed osad ja peened juured, pestakse hästi vees, lastakse veidi närbuda ja kuivatatakse siis õhurikkas või köetavas ruumis. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 6 aastat.

Droogi moodustavad muguljad juurikad, kuni 1 cm jämedad ja alla 2 cm pikad, punakaspruuni murde- ja tumepruuni välispinnaga. Droog on lõhnata, aga tugeva kootava maitsega. Standardnõuded: niiskust mitte üle 14%, tuhajääki kuni 5%, juurikaid musta murdepinnaga kuni 3%, lehtede ja juurte osakesi alla 3%, mineraalseid lisandeid kuni 1%.

Droog sisaldab 15—30% parkaineid (hüdrolüüsuvaid ja kondenseerunuid, kusjuures viimased koos vabade polüfenoolidega on ülekaalus), ellaag- ja kiinahapet, flobafeeni, tärklist, vaha, vaiku ja lima. On leitud ka flavonoide.

Kasutatakse kootava vahendina kroonilise kõhulahtisuse, soolekatarride puhul. Keedist kasutatakse loputusteks suu limaskesta põletiku, igemepõletiku ja angiini korral. Välispidiselt tarvitatakse tedremarana keedist haavade loputuseks, kompressideks nahahaiguste puhul. Ühekordne annus sissevõtmiseks: 2 grammi peenestatud juurikat ½ klaasi vee kohta; keeta 15 minutit, lasta jahtuda.

Tedremaran on rahva hulgas võrdlemisi laialdaselt tuntud ravimtaim. Kõige sagedamini tarvitati tedremarana juurika leotist viinas kõhurohuna.

Preparaat tedremaranatilgad — *tinctura Tormentillae* — on peamiselt igemete määrimiseks ja suuloputuseks (20 tilka ½ klaasi vee kohta), aga ka sissevõtmiseks kõhulahtisuse korral (30 tilka korraga).

59. **Kollane mesikas** — *Melilotus officinalis* (L). Pall., *Papilionaceae.*

Kollane kiviristikhein, kollane maarjamalts, maarjaristikhein, miihain, odrapujud, piiburohi, piithein, piitsarohi, seameesikud.

Донник лекарственный.

Kollane mesikas kasvab põllupeenardel, teeäärtel, varemetel, raudteeservadel, prahipaikadel. Ta on kaheaastane rohttaim, 30—120 cm kõrge, hästi harunenud peajuurega. Vars püstine, tõusev, paljas või ülemises osas nõrgalt karvastunud. Lehed kolmetised, pikarootsulised, pealt sinakasrohelised, alt kahvatud; lehekesed õhukesed, piklikud, äraspidimunajad, servast saagjad, alumised rombjad,

ülemised elliptilissüstjad, tömbid. Õied kollased, 4—10 cm pikkuses kobaras; kroon liblikjas, tiivad ja puri 5—7 mm pikad, laevuke lühem. Kaun kuni 4 mm pikk, enamasti helepruun, mõnikord ka mustjas. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal, kuid hõredalt.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa, ürti — *herba Meliloti.*

Droogiks lõigatakse õisi kandvad osad ja oksad õitsemise ajal. Kuivatatakse vilus õhukese kihina. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat.

Droogi moodustavad kollased õied ja rohelised lehed väheste viljade ja rootsuosadega. Standardnõuded: niiskust mitte üle 14%, varreosi jämedusega üle 3 mm kuni 2%, liiga peenikesi osi alla 1%, kõrvalisi lisandeid kuni 1%. Droog on tugeva lõhnaga, mõru maitsega.

Droog sisaldab 0,4—0,9% kumariini ja vähesel määral melilotiini. Need ühendid annavad droogile tema tüüpilise lõhna. Värskes taimes on kumariin ortohüdroksükaneelhappe ehk kumariinhappe glükosiidina, mida nimetatakse melilotosiidiks. Viimane on peaaegu lõhnata. Kuivatamisel glükosiid laguneb ning vabanenud kumariinhape laktoniseerub, muutudes kumariiniks. Analoogiliselt on meli-

latiin (dihüdrokumariin) värskes taimes melilothappe glükosiidina. Droog sisaldab veel allantoiini, koliini, rasvataolisi aineid, lima ja jälgedena eeterlikku õli, vähesel määral ka mürgist ainet — dikumariini, mis takistab vere hüübimist. Dikumariin (=dikumarool) tekib bakterioloogiliste protsesside toimel, mis kulgevad märjas või halvasti kuivatatud heinas. Sellise heina söötmisel karilooomadele on täheldatud, et loomadel tekivad verevalumid ning juhuslikult tekkinud haavad veritsevad kaua.

Apteekides kasutati kollase mesika droogi plaastri valmistamiseks paisete ja mädanevate haavade raviks (melilotti-, meloni-, roheline ehk vanahaavaplaaster). Kompressidena ja loputistena on tarvitatud keedist samal otstarbel.

Hoiatuseks olgu öeldud, et taime seespidisel kasutamisel suuremates annustes võivad taimes leiduva dikumariini toimel tekkida verekusemine ja nahaalused verevalumid, millega kaasneb halb enesetunne.

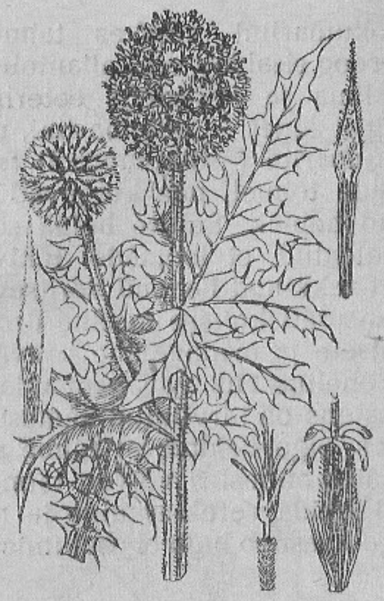
60. Valkjas mesiohakas — *Echinops sphaerocephalus* L., *Compositae.*

Meeohakas, siniohakas, vanapoiss.

Мордовник шароголовый.

Valkjas mesiohakas on pärit Ukraina, Põhja-Kaukaasia, Kesk-Aasia stepirajoonidest, meil kasvab iluaedades või ka metsistunult nende läheduses. Ta on mitmeaastane rohttaim tugeva käävja juurega. Õied on koondunud korakujulisteks liit-korvõisikuteks, mis asuvad üksikult varte ja okste tippudel. Õisikutel ei ole üldkatet. Vars on püstine, lihtne või ülal üksikute okstega, kandiliselt vaoline, valgeviltjas, ülalt näärmekas, 50—200 cm kõrge. Lehed sulglõhised, ogalise servaga, pealt tumerohelised, näärmekad, veidi pihkased, alt hallviltjad, hõredalt varre ümber, alumised rootsulised, keskmised varreümbrised. Õied sinakasvalged, väljast näärmelised, lõhnavad, sisaldavad mesinesatet, tolmukapead tumesinised. Nutid 4—5 cm läbimõõdus. Õitseb juulist augustini. Esineb Eesti NSV-s harva üle kogu territooriumi.

Droogiks kogutakse valminud nutid, kuivatatakse, pekstakse ja puhastatakse. Droogi — *fructus Echinopsis* — moodustavad puhastatud viljad — seemnised. Nutid sisal-



davad 150—200 seemnist, mis ei valmi korraga. Seetõttu võib droogis olla kuni 10% valmimata või alaarenenud vilju.

Droog sisaldab alkaloide: α-ehhinopsiini (kuni 1,5%), β-ehhinopsiini, ehhinopseiini; 26—28% rasvõli.

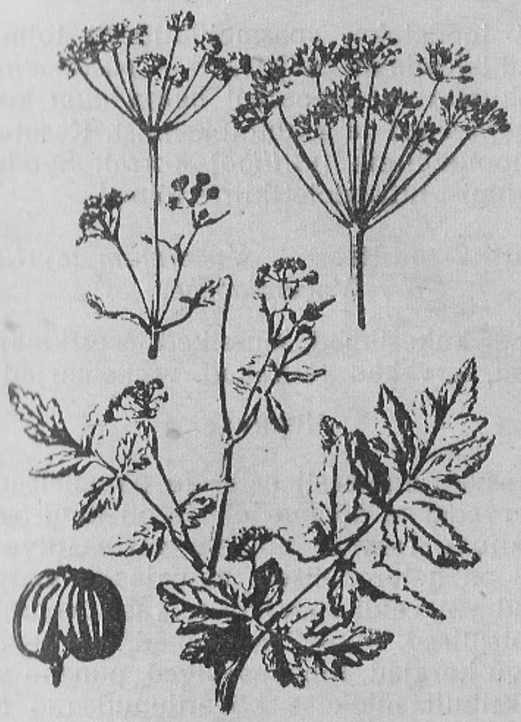
Droogi kasutatakse farmaatsiatööstuses puhta alkaloidi *echinopsini nitras* saamiseks. Ehhinopsiin on strühniinitaolise toimega, alates 1957. aastast lubatud kasutada toniseeriva vahendina. Ta on vähem mürgine kui strühniin, kuid kasutamine on siiski lubatud ainult arsti koraldusel.

Sinine mesiohakas — *Echinops ritro* L., *Compositae*.

Мордовник обыкновенный.

Sinine mesiohakas on pärit samadest piirkondadest kust valkjas mesiohakas. Eesti NSV-s esineb üsna harva aiailutaimena. Õied sinised, tolmukapead helesinised. Varred ja õied näärmekarvadeta (katsumisel ei tundu kleepuvatena).

Kasutatakse ehhinopsiini saamiseks, samuti kui eelmist liiki.



61. Aed-moorputk — *Pastinaca sativa* L., *Umbelliferae*.

Pastinaak, pasternak.

Пастернак посевной.

Aed-moorputke kasvatatakse aedades maitseainetaimena. Ta on 2-aastane kultuurtaim, kõrgusega 1—2 m. Vars ja lehed peaaegu alati täiesti paljad. Lehed kollakasrohelised, paaritusulgjad, 5—20 cm pikad. Vars kandiline, vaoline, ülemises osas harunenud. Juur jäme, lihakas, porgandi lõhnaga, magusa maitsega. Õitseb juulis ja augustis.

Ravimite valmistamiseks kasutatakse aed-moorputke vilju — *fructus Pastinacae*. Viljad sisaldavad furokumariine (bergapteen, isopimpinelliin, imperatoriin, ksantotoksiin, ksantotoksool, pastinatsiin, isopastinatsiin), flavooni derivaate (hüperiin, rutiin), rasvõli, eeterlikku õli jm. aineid.

Viljadest toodetakse spasmolüütiliselt toimivat, koronaaraartereid laiendavat preparaati — *pastinacinum*, mis on puhas furokumariin. Preparaat *beroxanum* koosneb peamiselt bergapteenist ja ksantotoksiinist. Kasutatakse naha pigmentatsioonihäirete (*vitiligo*) korral. Soodustab naha pigmenteerumist ultraviolettkiirte toimel.

62. Harilik mustikas — *Vaccinium myrtillus* L., *Vacciniaceae*.

Heinsinikad, kukesilmad, mussiked, seesikmari, sinikäs, sitiked, tervakad, tõrvakad, veskemarjad jne.

Черника.

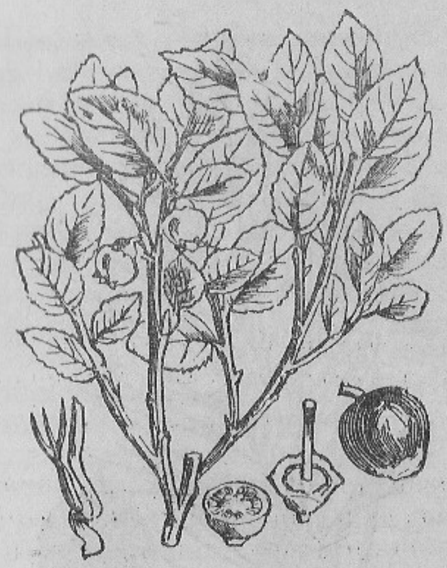
Mustikas kasvab enamasti salu- ja palumetsades, harvemini rabaservadel ja nõmmedel. Ta on kuni 50 cm kõrge puhmas, paljude teravakandiliste varte (tüvede) ja okstega. Lehed on helerohelised, munajas-ümmargused, alusel ahenevad või veidi südajad, servast peensaagjad, paljad, lühirootsulised, kuni 2 cm pikad, varisevad talveks. Õied peaaegu kerajad, rohekasvalged, punaka varjundiga, enamasti üksikult lühikese kõverdunud rao otsas lehekaenlas. Vili — sinakasmust mari heledama kirmega, harva ka valkjas. Õitseb juunis ja juulis, marjad valmivad juulis ja augustis. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse mustika marju — *fructus Myrtilli*.

Küpsed marjad kogutakse käsitsi, vältides nende vigastamist ning prügi ja lehtede sattumist marjade hulka. Marjad jäetakse ühekordse kihina mõneks päevaks päikese kätte närbuma ja kuivatatakse siis temperatuuril mitte üle 60 °C pliidil, ahjus või kuivatis. Hästi kuivatatud marjad ei määri käsi, pigistamisel ei kleepu kokku.

Droogiks on tugevasti kortsunud, mustad, punaka helgiga marjad, seest tumedad punakaslilla varjundiga, punakaspruunide seemnetega. Niiskust võib droogis olla kuni 18%, tooreid, kõrbenud ja viljaraoga marju alla 1%, orgaanilisi lisandeid (sinikaid, musti sõstraid, ja teisi marju) kuni 2%; tuhajääk kuni 3%.

Kuivatatud marjad sisaldavad kuni 12% kondenseerunud (pürokatehhiinrühma) parkaineid, kuni 20% suhkrut, kuni 7% orgaanilisi happeid (sidrun-, õun-, merevaik-, kiina-, piim- ja oblikhape), rohkesti pektiine ja antotsüaane



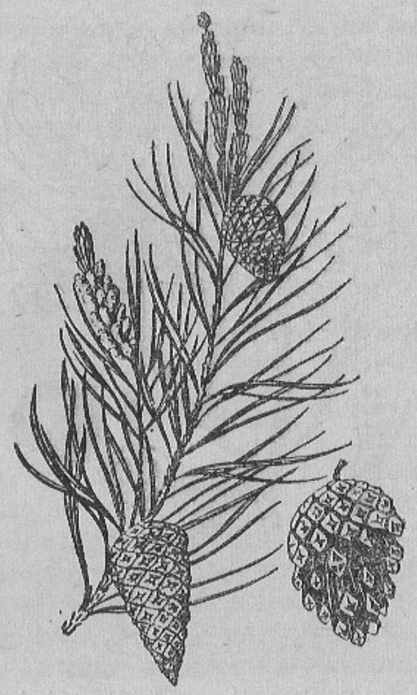
ning vähesel määral vitamiine: C-vitamiini (6 mg%), karotiini (1,6 mg%), B-vitamiini (0,04 mg%).

Mustikaid kasutatakse ägeda ja kroonilise kõhulahtisuse ning seedehäirete korral kootava vahendina, ka väikelastel. Mustikateeks võetakse harilikult 1—2 teelusikatäit droogi 1 klaasi keeva vee kohta. Samaks otstarbeks võib mustikaid kasutada ka moosina, kissellina või kompotina.

Ravimina kasutatakse ka kuivatatud mustikalehti — *folia Myrtilli*. Lehed sisaldavad kuni 20% parkaineid, 1,6% arbutiini, 1% glükosiidi mürtilliini, 2% glükosiidi neomürtilliini, flavonoide, orgaanilisi happeid, 250 mg% C-vitamiini.

Mustikalehtede keedis vähendab suhkruhaigetel suhkrusisaldust veres. Toimeaineks on neomürtilliin.

Rahvameditsiinis on tarvitatud mustikalehtede ekstrakti nahahaiguste ja suu limaskesta haiguste puhul.



63. Harilik mänd — *Pinus sylvestris* L., *Pinaceae.*

Hong, pedajas, pedakas, pedai, petäi, praks, pädakas.

Сосна обыкновенная.

Harilik mänd kasvab liivasel pinnasel paludes, nõmmedel otse metsadena, aga ka turbarabadel. Ta on peamiselt puu, kuni 40 m kõrge, mitmesuguse välislaadiga. Tüvi on sirge, tihedas kogumikus kõrge, lagedal kohal madal, võra kuhikjas; noor tüvi ja oksad kattunud kollaka kestendava koorega; vanadel puudel on koor ülemises osas punakaspruun, tüve alumises osas paks korp. Okkad kahekaupa, võrdlemisi tihedalt, 4—7 cm pikad, teravatipulised. Õied ühesugulised: isasõisikud munajad, 5—6 mm pikad, 3—4 mm läbimõõdus, kollakad, harvemini punakad, asetsevad eelmise aasta okste (kasvude) ladvas; emasõisikud ovaalsed, 5—6 mm pikad, 4 mm läbimõõdus, püstised, lühikese raoga, asetsevad sama aasta okste (kasvude) tipus. Vili — käbi, lühikese allakõverdunud raoga,

lamepüramiidjas, pisut rombjas, puitunud. Seeme väike, piklikmunajas, hall või mustjas, läbipaistva nahkja tiivaga. Õitseb peamiselt juunis. Levinud Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse esmajoones männi kasve ehk pungi — *gemma Pini, turiones Pini.* Peale selle saab ravimina kasutada ka okkaid — *folia Pini* — ja teisi osi.

Kasve ehk pungi on kõige parem koguda kevadel, mais ja juunis, pungade paisumise algul, kui nende tipu soomusjad kattelehed on alles tihedalt sulgunud. See ajajärk on võrdlemisi lühike. Pungad lõigatakse maha koos 3 mm pikkuse oksaladvaga nii, et nad jääksid kuni 7 kaupa kokku. Kuivatatakse hea tuuletõmbusega ruumis. Väljakasvanud pungi, mille kattelehekesed on eraldunud, ei või koguda, sest nende väärtus on madalam.

Droog koosneb pruunide, vaiguste pungade kobaratest ja üksikutest pungadest. Droogis ei tohi üksikute pungade kaal ületada 25% kogukaalust. Niiskuse ülemmäär on 13%, muid männi osi (oksad puhkenud pungadega, okkad jne.) võib olla mitte üle 10% (neist okkaid kuni 0,5%), liiga peenikesi osi kuni 5%.

Männikasvud sisaldavad kuni 0,36% eeterlikku õli, vaiku, tärklist, parkaineid, mõruainet pinitsikriini, C-vitamiini.

Keedisena kasutatakse droogi bronhiidi ja köha puhul, ka urlinierituse soodustamiseks ja desinfitseeriva vahendina. Keedise valmistamiseks võetakse 20 grammi droogi 1 klaasitäie keeva vee kohta, keedetakse 10 minutit ja siis kurnatakse. Keedist võtta supilusikatäis korraga.

Kuuma vesileotisena tarvitatakse sissehingamiseks (inhalatsiooniks) hingamisteede põletike puhul.

Männikasve tarvitatakse ka vannideks (2 kg kasve 3 liitris vees keedetult). Viimastel aastatel kasutatakse selleks apteekides müügil olevat männiekstrakti. Neid vanne määratakse närvihaiguste ja unetuse puhul.

Männiokkaid (õigemini — okastega kattunud okste latvu) praegu otseselt ravimina apteekides ei kasutata, välja arvatud astmavastase Traskovi mikstuuri valmistamiseks.

Okkad ja oksad sisaldavad 0,2—1% eeterlikku õli, 7—12% vaiku, parkaineid, kuni 300 mg% C-vitamiini, karotiini ja K-vitamiini. Kogumine toimub talviste metsaraietööde ajal. Maharaiutud oksi võib säilitada 2—3 kuud lume all, ilma et vitamiinide sisaldus muutuks. Värsketena

kasutatakse neid tööstuslikult naturaalse C-vitamiini (askorbiinhappe), K-vitamiini ja karotiini koondpreparaatide valmistamiseks. Pärast vitamiinide eraldamist saadakse okastest veel eeterlikku õli — *oleum Pini*, mida kasutatakse ravi otstarbel samuti nagu männikasve. Männiokaste eeterlik õli on meeldiva lõhnaga. Sisaldab bornüülatsetaati (11%), vabu terpeenalkohole (9%), pineeni (40%), limoneeni (40%) jt. terpeene. Alkohollahuses õhku pihustatuna kasutatakse seda ruumide õhu desinfitseerimiseks ja värskendamiseks, bronhiitide puhul ka inhalatsiooniks.

Männiokaste destilleerimisel katlasse jäänud veest saadakse vaakumis koondamisel vannideks kasutatav männiekstrakt.

Männiokastest valmistatakse ka klorofüll-karotiinpastat. Selleks ekstraheeritakse läbi valtside lastud oksi bensiiniga. Bensiin destilleeritakse, vaigud eemaldatakse seebikivilahusega. Pasta sisaldab kuni 30 mg% karotiini, kuni 300 mg% klorofülli, kuni 50 mg% E-vitamiini ning teisi rasvas lahustuvaid vitamiine ja fütontsiide. Pastat kasutatakse välispidiselt haavade ravimiseks, seespidiselt maoja kaksteistsõrmiksoole-haavandite puhul. Eriline tähtsus on pastal loomakasvatuses, mitte ainult ravivahendina, vaid ka vitamiine sisaldava lisandina loomasöödale.

Männiokkaid võib kasutada ka C-vitamiini sisaldava joogi valmistamiseks. Selleks hõõrutakse uhmris okkad vähese keedetud ja jahutatud veega peeneks, lisatakse 3—9-kordne kogus samasugust vett, hapustatakse maitse järgi sidrunhappega, keedetakse 20—40 minutit, lastakse 1—3 tundi seista ja kurnatakse läbi marli. Päevas juuakse seda vedelikku 50—100 ml. Jook sisaldab 15—20 mg% C-vitamiini. Suure Isamaasõja ajal oli selline jook tähtis vahend skorbuudi ärahoidmiseks.

Peale selle kogutakse tööstuslikuks otstarbeks metsahooldustööde korras mändidelt, mis kuuluvad lähematel aastatel maharaiumisele, nn. paksu tärpentini, männivaiku ehk toortärpentini — *terebinthina communis*. Seda kogutakse puukooresse kuni puidu pealmistesse kihtidesse ulatuvatest V tähe kujulistest sisselõigetest vastavatesse plekktorbikutesse, mis tühjendatakse raudvaatidesse. Tehastes puhastatakse toortärpentin kaasatulnud lisanditest filtrimise teel ja destilleeritakse seda veeauruga. Nii saadakse healõhnaline kõrgeväärtuslik tärpentiniõli, mida

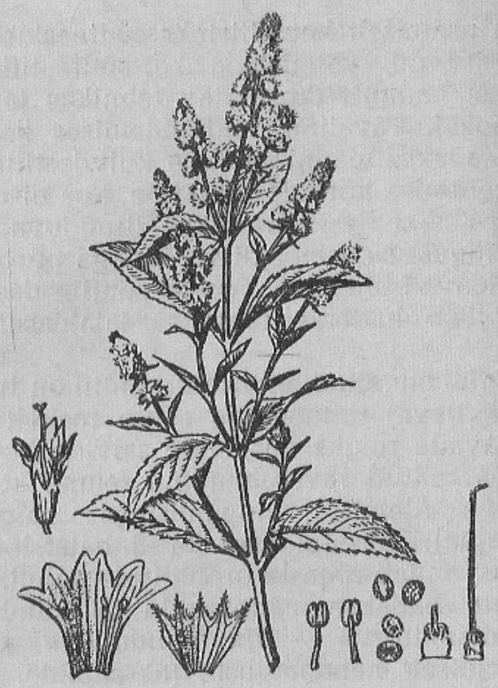
kasutatakse peamiselt keemilisteks sünteesideks ja meditsiinis. Sellest võib valmistada ka sünteetilist, optiliselt mitteaktiivset kamprit (kasutatav tehnikas ja välispidiste ravimite jaoks). Tavaline, majapidamises kasutatav tärpentiniõli saadakse männikändude kuivdestillatsioonil või tselluloosi tootmise kõrvalproduktina. See ei ole nii meeldiva lõhnaga, sest destilleerimisel lisanduvad tärpentiniõlile mitmesugused ebameeldiva lõhnaga pürogeensed või väävlit sisaldavad ühendid. Toortärpentini destilleerimisel veeauruga jääb katlasse tehnikas laialdaselt kasutatav kampol.

Viimasel ajal on leitud, et toortärpentin on bakteritsiidse (pisikuid hävitava) toimega ja sobib raskelt paranevate mädaste haavade raviks vastavate salvide koostises. Tärpentiniõli on tuntud ravivahendina reuma korral ja tärpentinisalvina ülemiste hingamisteede haiguste korral (irritusteraapia), kasutatakse ka inhalatsiooniks. Eriti häid tulemusi annab rögaste bronhiitide puhul.

Peale muu saadakse männipuidu ja -kändude ümbertöötamisel männitõrva — *pix liquida Pini*, mida kasutatakse välispidiselt nahahaiguste (ekseemide, soomussammaspoole, sügeliste jt.) raviks. Tõrvast valmistatakse ka 10—30%-list salvi ja väävli-tõrvaseepi samade haiguste ravimiseks. Ka kuulub ta Wilkinsoni salvi (*unguentum Wilkinsoni*) koostisse (seda salvi tarvitatakse laialdaselt sügeliste korral).

Tõrvatööstuse jäätmetest saab ravimina kasutatavat puusütt, mis on müügil tablettidena k a r b o l e e n i nime all. Karboleeni kasutatakse soolegaaside puhul, mürgituste puhul alkaloididega ja raskemetallide sooladega, vorsti- ja seenemürgituste puhul.

Paberitööstuse kõrvalproduktina saadakse männipuidust ka β-sitosteriini. Töötlemisjääkidest saadakse nn. sulfaatseepi, millest alkoholi abil eraldatakse toorsitosteriin. Puhastamisel ja ümberkristalliseerimisel saadakse preparaat *β-sitosterinum*, mida kasutatakse ateroskleroosi korral (3 korda päevas 3 g) ja hormoonipreparaatide sünteesil.



64. Piparmünt — *Mentha piperita* L., *Labiatae.*

Aiamünt, piparmints, vehverments, vehvermänts, vehvervents.

Мята перечная.

Piparmünti meil metsikult ei kasva, vaid teda kultiveeritakse aedades. Ta vars on püstine, oksine, enamasti neljakandiline, kuni 1 m kõrge. Lehed on munajassüstjad, teravad, vastakud, 0,5—1,5 cm pikkuse rootsuga, servast teravsaagjad, pealt tumerohelised, paljad, alt valkjamad, hõredate lühikeste lidus karvadega, mille hulgas on ka näärmekarvu. Õied väikesed, ebakorrapärased, punakad või lillad; õiemännased on ülalehtede kaenlas, enamasti pika tipmise sabaja peana. Õitseb juulist septembrini.

Piparmünt vajab niisket, viljakat pinnast, head valgustust. Ta on hübriidtaim, selle tõttu saab teda paljundada ainult vegetatiivselt, kas juurikatükkide või pistokste abil. Korralikult haritud, sügisel küntud põllule markeeritakse 7 cm sügavused vaokesed, vahekaugusega 45—60 cm. Vagudesse pannakse 6—10 cm pikkused juurikatükid, üksteisest 15 cm kaugusele, ja kaetakse mullaga. Juurikatükid saadakse eelmise aasta põllu üleskaevamisel. Külma ja lumevaese talve puhul võivad juurikad talvel ka ära külmuda. Seetõttu on parem nad üles kaevata juba sügisel ning säilitada ületalve kinnikaetud kuhjades nagu kartlimugulaid. 1 ha jaoks kulub 8—10 ts juurikatükke. Niipea kui on ilmunud varred esimeste lehepaaridega, äestatakse põld. Edaspidine harimine seisneb reavahede kobestamises ja umbrohu eemaldamises, olenevalt vajadusest. Piparmünt on tundlik kõikide väetiste suhtes. Väetised tuleb anda tavalise keskmise normiga sügiskünni alla. Kui enamik taimedest on hakanud õitsema, niidetakse taimed terveniisti maha ja paigutatakse vilusse hea tuuletõmbusega ruumi kuivama. Kuivavat piparmünti raputatakse aegajalt harkidega. Õhukesed lehed saavad kõige kiiremini kuivaks ning langevad varte küljest ära. Raputamisel äralangenud lehed jäetakse samasse ruumi lõplikuks kuivamiseks. Neid kasutatakse apteekides piparmündilehtede — *folia Menthae piperitae* — nime all. Järelejäänud peenemaid varsi koos nende küljes olevate õite ja lehtedega kasutatakse pärast kuivatamist eeterliku õli saamiseks vastavates tehastes. Eesti NSV-s selliseid tehaseid ei ole. Apteegis kasutatava droogi saamiseks võib lehed mahaniidetud taimedelt käsitsi ka enne kuivatamist ära noppida. Sel juhul saadakse palju ilusam, peaaegu purunemata droog, kuid tööjõukulu on väga suur.

Droogi moodustavad tumerohelised lehed tugeva iseloomuliku lõhnaga ja terava aromaatse ning jahutava maitsega. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat. Standardnõuded: niiskust mitte üle 14%, tuhajääki kuni 12%, musta värvusega lehti mitte üle 5%, varte ja õiekobarate osi alla 10%; teisi mündiliike ei tohi droogis leiduda.

Droog sisaldab vähemalt 1% eeterlikku õli. See on kasutamisel ka eraldi *oleum Menthae piperitae* nime all ja selle koostisse kuulub 41—65% l-mentooli, 9—25% l-mentooni, mentofuraani, α-pineeni, β-pineeni, l-limoneeni jt. terpeene. Peale eeterliku õli sisaldavad piparmündi lehed veel 6—12% parkaineid, karotiini (40 mg%), flavonoide, ursool- ja oleanoolhapet.

Droogi kasutatakse piparmünditeena ja piparmündi-tinktuurina — *tinctura Menthae piperitae*. Need preparaadid vaigistavad valu maos, sooles, südame ja maksa piir-

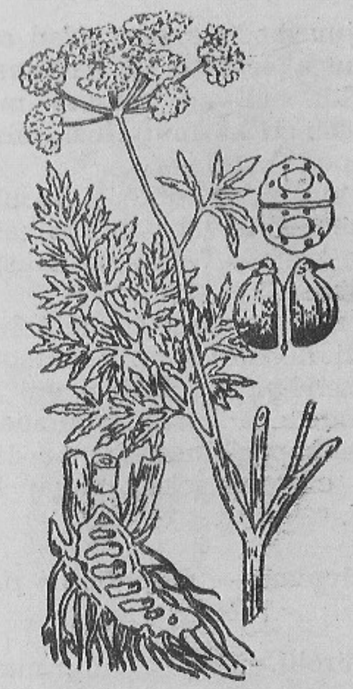
konnas, soodustavad sapi nõristumist, vähendavad iiveldust ning gaaside tekkimist maos ja sooles. Piparmünt kuulub ka astmavastase Traskovi mikstuuri koostisse, parandab seedimist, soodustab uriini eritumist. Lehtedest saadud piparmündiõli ja mentooli kasutatakse mitmesuguste ravimite koostisainena, nagu piparmündivesi; hambavalutilgad; südamevahendid valokordiin, korvalool, validool; reumasalvid; nohuvastastes taskuinhalaatorites. Välispidiselt tarvitatakse naha sügelemise, nõgestõve ning peavalu vastu nn. migreenipliiatsina. Kuulub ka hambapastade, hambapulbrite, suuloputusvedelike jne. koostisse.

Piparmündiõli ja mentooli kasutatakse rohkesti ka toiduainete tööstuses (kompvekkides, kondiitritoodetes).

Rahvameditsiinis on kasutatud ka metsikult kasvavaid mündiliike, droogiks kõlblikke piparmündilehti aga saadakse ainult kultuuridest.

Piparmünt pärineb Inglismaalt. Sissetoodud sort on väga vastuvõtlik haigustele ja nakatub kergesti nn. piparmündiroostesse, mis esineb pruunide laikudena lehtede alumisel küljel. Roostest nakatunud lehti ei saa kasutada. Üleliidulises Ravimtaimede Teadusliku Uurimise Instituudis on aretatud 2 perspektiivset sorti, mis nii kergesti ei nakatu. Nendest sobib sort nr. 541 hästi lõunapoolsetele piirkondadele. Lehed võivad sisaldada kuni 5% eeterlikku õli, milles on väga palju (kuni 70%) mentooli. Eesti NSV tingimustes kasvatatuna sisaldavad umbes 2,5% eeterlikku õli, milles on mentooli kuni 57%. Saagikus ei ole suur. Meie tingimustes kasvab kõige paremini sort Priluki-6. Peamiseks kasvatajaks on olnud siiani Tartu Riikliku Ülikooli ravimtaimede laboratoorium, kust võib tarbe korral saada ka istutusmaterjali.

Aedades metsistunult esineb Eesti NSV-s ka kähar münt, mis erineb piparmündist helerohelise värvuse ja kurruliste lehtede poolest. Süstemaatiliselt ei ole see liik täpselt piiritletud. Arvatavasti on tegemist rohelise mündi (*Mentha spicata* L.) varieteediga. Varem kasutati ka selle taime lehti apteekides *folia Menthae crispae* nime all. Kähara mündi lehed on samuti tugeva aromaatse lõhnaga, kuid lõhn erineb piparmündi lõhnast tunduvalt. Lehtedest saadud eeterlik õli sisaldab peamise komponendina l-karvooni. Kähara mündi lehtedest valmistatud teed kasutatakse külmetushaiguste puhul, samuti on ta hea vahend liigsete gaaside tekkimisel maos ja sooles.



65. Mürkputk — *Cicuta virosa* L., *Umbelliferae.*

Mürgikaalikas, mürkhain, vaaruputk, vesimürk, vähjahein.

Вех ядовитый.

Mürkputk kasvab jõgede ja järvede kallastel, soolompides, kraavides, tiikides. Ta on mitmeaastane sarikaline, tugeva ja jämeda, seest õõnsa, põikvaheseintega osadeks jaotatud juurikaga. Vars on jäme, sile, seest õõnes, oksine, kuni 1,5 m kõrge, alusel lühikeste sõlmevahedega. Lehed on kaheli- või kolmelisulgjad, kitsassulgjate, teritunud, servast teravalt saagjate lehekestega. Õied valged, 10—15 kiirega liitsarikates; katis puudub, osakatis mitmeleheline, viimase lehed kitsad, paljad, osaõisikust lühemad. Viljad lamedate tömpide roietega, paljad. Õitseb juulis ja augustis. Eesti NSV-s peamiselt mandriosas, saartel esineb harva.

Mürkputk on väga mürgine taim. Loomad teda ei söö, juhusliku söömise korral aga esineb mürgitusi. Eriti mür-

gised on taime juurikad kevadel. Nad on magusa maitse ja meeldiva lõhnaga, seetõttu on nad kardetavad eriti lastele, kes meeleldi närivad magusa maitsega taimeosi. Selle tagajärjel esineb ka mürgitusi, mis esmaabi puudumisel võivad lõppeda surmaga.

Praegu apteekides mürkputke ei kasutata. Sisaldab tsikutoksiini — lämmastikuvaba mürkainet. Keemiliselt on tsikutoksiin kahe kolmik- ja kolme kaksiksidemega kahealuseline atsükliline alkohol.

Mürkputkega mürgitumisel tuleb kohe pöörduda arsti poole. Enne arsti kohalejõudmist antagu haigele kõigepealt kiiresti oksendamisvahendeid või kutsutagu oksendamine esile sõrmedega kurku kõditades. Seejärel anda juua nõrka äädikhappelahust (3—5%-list söögiäädikat). Südametegevuse ergutamiseks antagu kamprit, kofeiini või kanget kohvi.

66. Liht-naistepuna — *Hypericum perforatum* L., *Guttiferae*.

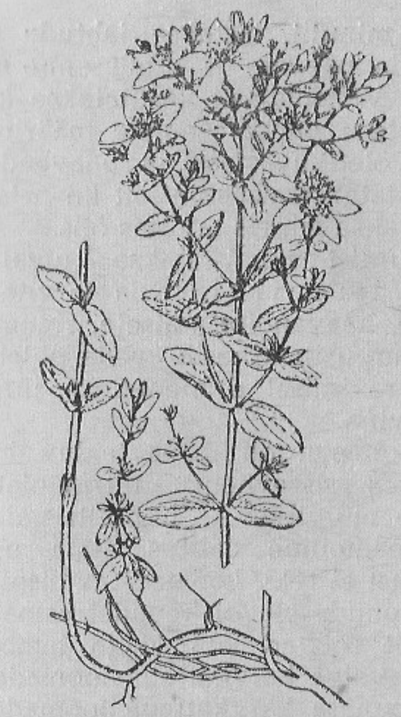
Emasterohi, jaanirohi, jeesuverelill, mariarohi, ninnilill, olangas, punalill, vereselitusrohi, viinalill, viinapuna jne.

Зверобой обыкновенный.

Liht-naistepuna kasvab aruniitudel, kuivades võsades, metsaservadel, tarade ääres, kraavikallastel. Vars on enamasti alusel lihtne, ülemises osas oksine, 30—60 cm kõrge. Sagedasti on tugeval mitmeaastasel juurikal mitu püstist, alusel ümmargust, ülal kahe märgatava servikuga vart. Lehed piklik-ümmargused, rootsutud, vastakud. Vastu valgust vaadates on lehel rohkesti heledamaid punkte — näärmeid, mis sisaldavad eeterlikku õli; noorte lehtede katkumisel või muljumisel eritub punakat mahla (määrib sõrmed muljumisel tumevioletseks). Õied on kuldkollased, 5 pikliku terava kroonlehega; tupplehti niisama palju. Õies on hulk tolmukaid, mis enamasti on alusel ühinenud kolmeks kimbuks; nende keskel 3 suudmega sigimik. Õitseb juulist septembrini. Eesti NSV-s esineb igal pool.

Ravimina kasutatakse liht-naistepuna maapealset puitumata osa, ürti — *herba Hyperici*.

Kogutakse õitsemise ajal enne viljade tekkimist, s. o. juulis ja augustis. Lehtede ja õitega ülemised varreosad lõigatakse umbes 20 cm pikkuselt ja kuivatatakse õhukese



kihina vilus. Eemaldatakse varreosad, mille küljest kuivamisel lehed on eraldunud.

Droog koosneb rohelistest lehtedest ja helekollastest õitest, on nõrga lõhnaga ja mõrkjalt vaiguse, kootava maitsega. Standardnõuded: niiskust kuni 13%, tuhajääki alla 8%, orgaanilisi lisandeid, sealhulgas teiste naistepunaliikide osi, kuni 1%. Droog sisaldab 0,1—1,0% punast fluorestseerivat värvainet hüperitsiini ja pseudohüperitsiini (diantrooni derivaadid), 10% pürokatehhiinrea kondenseerunud parkaineid, flavoonglükosiide — 0,3—1,1% hüperosiidi, rutiini, kvertsitriini jt.; 0,1% eeterlikku õli, 55 mg% karotiini, vaiku, koliini ja mingit bakteritsiidset ainet.

Naistepuna on rahvameditsiinis kasutatud iidsest ajast. Arvestades droogi keemilist koostist ja mitmesuguste ainete sisaldust, on ta kasutamine ravimina laialdane: teena verejooksu tõkestamiseks, vereköhimise, köha, jämesoolepõletiku (koliidi), seedehäirete, kõhulahtisuse maksa- ja põiehaiguste puhul. Tee valmistamiseks võetakse 1 supilusikatäis droogi 1 klaasi keeva vee kohta,

keedetakse 10 minutit, lastakse jahtuda ja kurnatakse; juuakse 3 korda päevas, ½ tundi enne söömist, ⅓ teeklaasi korraga. Välispidiselt kasutatakse kootava vahendina igemepõletiku puhul igemete määrimiseks või suu loputamiseks. Põletikuvastase ja haavandeid parandava vahendina kasutatakse välispidiselt ka naistepunaõli, milleks ürti keedetakse mingis taimses õlis.

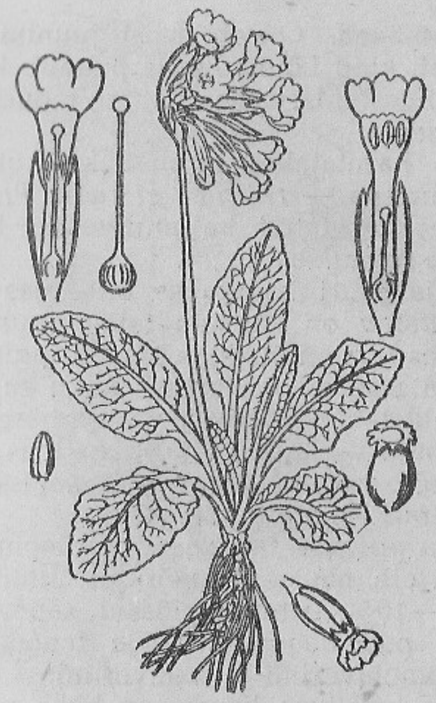
Naistepuna ürdist valmistatakse kuivainena pisikutevastast ravimit i m a n i i n i, mida tarvitatakse II ja III astme põletuste, haavandite, paisete, rinnanibude lõhenemise, nina ja kurgu limaskesta ägeda põletiku ning põsekoopapõletiku ravimisel erimenetluse järgi valmistatult loputise või salvina.

Omapärase toimega on ürdis leiduv hüperitsiin, mis suurtes annustes sissevõetult ultraviolettkiirte toimel nahasse tekitab mürgitust — hüperitsismi. See on omapärane fotodünaamiline nähtus. Ilma ultraviolettkiirte toimeta mürgitust ei teki. Loomad tavaliselt naistepuna ei söö, kuid toidupuudusel või kevadel esmakordselt karjamaale pääsenult söövad lehmad ja lambad seda siiski, mille tagajärjel valge karvkattega loomadel tekib mürgitus. Musta ja punase karvkattega loomadel mürgitust ei teki, sest ultraviolettkiirgus ei pääse värvusega karvkatest läbi. Põhja-Aafrikas ja Kalifornias pritsitakse seetõttu enne karjamaale saatmist valged lambad hästi odava, tavaliselt sinise aniliinvärvi vesilahusega üle. Enne villa niitmist pestakse värv maha. Ka kasutatakse naistepuna hävitamist putukate abil. Hüperitsism algab naha paistetusega, eriti näo ja pea piirkonnas. Nahk sügeleb, loomad on rahutud ja kratsivad end, mille tagajärjel neil tekivad raskesti paranevad haavad. Vilus lähevad mürgitusnähud tagasi. Eesti NSV-s ei ole loomade mürgitusi täheldatud. Ravimina kasutatavad kogused on niivõrd väikesed, et nad mürgitusnähte esile ei kutsu.

67. Harilik nurmenukk — *Primula veris* L. (*P. officinalis* Hill), *Primulaceae*.

Härjakaatsad, kanavarvas, kevadevõti, kikkapüksi', kikkakaadsa', kukepüksid, kuldkannike, kurekaatsad, nattalill, neitsipisar, peetrusevõtmed, piimapisar, taevavõti, titepüksid, titevarvas jne.

Первоцвет лекарственный, п. весенний.



Harilik nurmenukk kasvab aruniitudel, kuivades võsastikes, hõredates metsades, tarade ääres. Maa sees on tal tugev narmasjuurtega ümbritsetud pruunikas juurikas, mille ülemisel otsal arenevad kodarikuna piklikud voldilised või kurrulised, pealt kortsus, servast pisut allapoole käärdunud lehed; algul on lehed pehmed, sametjad, kollakasrohelised, alt ja pealt pisut karvastunud. Nähtavat vart ei ole, aga lehtede kodarikust kerkib 10—30 cm pikkune õieraag, mille otsas on õied lihtsarikana, puhkemise järel veidi püsti, pärast enamasti longus. Õied on kuldkollased, viie, alusel putkeks kokku kasvanud kroonlehega, neelu läheduses tumedamate täppidega; krooni putke ümbritseb kokkukasvanud põisjas tupp 5 terava tipmega. Õieneelust paistavad välja 5 tolmukat või ümmargune emakasuue (harilikul nurmenukul on tolmukad kahesugused: mõnel pikad, putkest väljaulatuvad, ja lühike emakas putke alumises osas; teistel on pikk emakas ja lühikesed tolmukad, mis ei ulatu õieputkest välja). Sigimik areneb tupes kõvaks nahkjaks kupraks, mis valmides avaneb

10 terava hambana. Õitseb maist juunini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal, kuid Lõuna-Eestis puudub kohati lalaldastel aladel (Sangaste, Urvaste, Võnnu, mõnel pool Kursi ja Järve ümbruses).

Apteekides kasutatakse nurmenuku kuivatatud juurikaid koos juurtega — *rhizoma et radix Primulae*. Varem on apteekides kasutatud ka nurmenuku liitunud kroonlehti — *flores Primulae*.

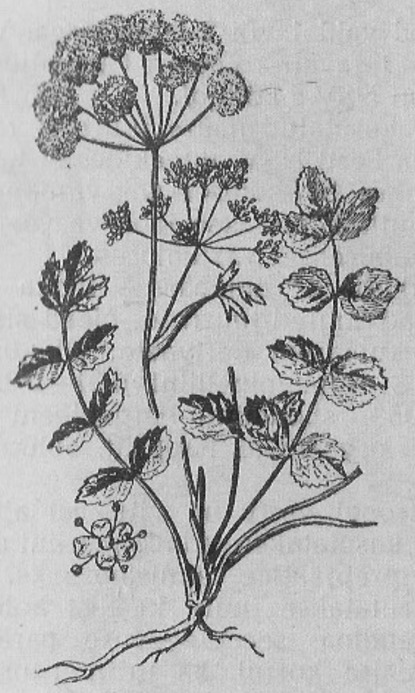
Juurikaid ja juuri kogutakse õitsemise ajal, mais ja juunis. Soovitatav on kaevata taime juured välja koos mättaga, mätas taime kohalt poolitada, juur ettevaatlikult välja võtta ja mättapooled uuesti auku suruda. Lehed ja õieraod eemaldatakse, juured pestakse hästi puhtaks. Kuivatamine toimub varjulises õhurikkas toas või katusealuses. Droogi võib koguda ka suve ja sügise jooksul, kuid siis on taime raskem ära tunda.

Droogiks on pruunid, heledama murdepinnaga juurikad. Lõhna neil ei ole, maitse on mõrkjas. Juurikad ja juured sisaldavad 5—10% triterpenoidseid saponiine (peamine aglükoon on primulageniin A) ja fenoolkarboonhapete glükosiide primulaveriini ja primveriini.

Nurmenuku juurikate keedis on kõha puhul röga lahtistav vahend. Valmistamine: umbes 5 grammi peenestatud juurikaid 1 klaasi vee kohta, keedetakse 15 minutit, kurnatakse. Võetakse 3 või 4 korda päevas, korraga 1 supilusikatäis.

Samaks otstarbeks kasutatakse ka õisi ja lehti teena, umbes 2 grammi korraga. See tee on ühtlasi ka higistamis- ja rahustusvahend.

Nurmenuku lehed on C-vitamiini poolest äärmiselt rikkad. Lehtedes on leitud kuni 5,9%, s. o. 5900 mg% C-vitamiini. Niisama suurt C-vitamiini sisaldust on leitud ainult kibuvitsa mõne liigi marjades. Kiirel kuivatamisel kõrgendatud temperatuuril säilib kuivatatud lehtedes kuni 80% esialgsest C-vitamiini kogusest. Üheaastasel säilitamisel ei kaota lehed oma aktiivsust. Hollandis kasutatakse nurmenuku värskeid lehti salatina toitude juurde. Ühest lehest piisab C-vitamiini päevanormi rahuldamiseks. Lehed sisaldavad ka umbes 2% saponiine, mis ei takista nende kasutamist. Vitamiintee valmistamiseks võetakse umbes 5 g kuivatatud lehti ühe klaasi vee kohta.



68. Harilik näär — *Pimpinella saxifraga* L., *Umbelliferae*.

Atlahein, ingver, krampjuur, krampjooksvajuur, maaingver, maapihl, nääredi, nabajuur, pahushain, verejooksvarohi, verepidaja.

Бедренец камнеломковый.

Harilik näär kasvab lahjadel aruniitudel, karjamaadel, põllupeenardel, kangrutel, kinkudel, kuivades võsastikes, teede ja tarade ääres. Ta on mitmeaastane sarikaline, 30—60 cm kõrge, lühikese jämeda juurikaga, mis läbilõikes siniseks muutub. Vars on peenike, ümmargune, pealt peenesooneline, ülalt peaaegu lehitu. Juurmised lehed ja varrelehed on pikarootsulised, 3—5 paari hõredalt asetsevate, peaaegu ümarate sulglehekestega; keskmised varrelehed peaaegu rootsutud, väikeste sulglõhiste lehekestega. Õied valged või kollakasvalged; emakakael õitsemise ajal sigimikust lühem; katis ja osakatis puuduvad

või on mõlemad vaid 1 või 2 lehekesega. Vili — kaksikteris, võrdlemisi teravate roietega. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina on kasutatud nääre juurt — *radix Pimpinellae*. Praegu seda Eesti NSV apteekides ei kasutata.

Juurt kogutakse hilissügisel või varakevadel. Juured puhastatakse mullast, pestakse jooksva vee abil ja kuivatatakse tuuletõmbuselises varjualuses.

Droogi moodustavad omapärase lõhna ja teravmõru maitsega käsnjad juured-juurikad. Need sisaldavad 0,4% eeterlikku õli, kumariini derivaate: 0,1—0,4% pimpinelliini, 0,05—0,1% isopimpinelliini, 0,01—0,05% isobergapteeni, 0,01—0,05% spondiini, bergapteeni ja umbelliferooni; rohkesti orgaanilisi happeid, suhkruid, vaiku ja sitosterooli.

Huvi selle droogi vastu on viimasel ajal uuesti tõusnud. Bulgaarias kasutatakse seda kumariini derivaate sisaldavate naharavipreparaatide valmistamiseks.

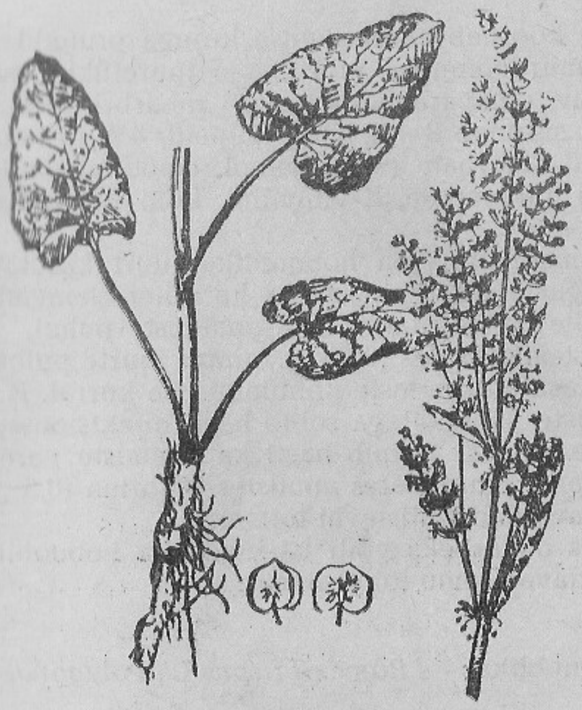
Peamiselt kasutatakse juure keedist köha puhul röga lahtistava vahendina, seedetegevuse parandamiseks ja söögiisu puudumise korral, ka uriinierituse soodustamiseks ja neerukivide ravimiseks, suuloputuseks, kuristamiseks, haavade loputuseks, silmavannideks. Ühekordne annus: 1—3 grammi droogi ½ klaasi vee kohta, keeta umbes 10 minutit.

Suur näär — *Pimpinella major* (L.) Huds., *Umbelliferae*.

Бедренец большой.

Suur näär kasvab puisniitudel, võsastikes, lehtmetsades; peamiselt mandriosas. Liik on eelmisest haruldasem. Välislaadilt eelmisega võrdlemisi sarnane. Alumiste lehtede sulglehekesed enamasti piklikud, paljad, sisselõikunud saagja servaga. Taime kõrgus on 40—100 cm.

Juured on samasuguse keemilise koostisega kui harilikul näärel. Neid kogutakse samuti droogi *radix Pimpinellae* saamiseks.



69. Hobuoblikas — *Rumex confertus* Willd., *Polygonaceae*.

Hobuse-hapuoblikas, hobuseurmad.

Щавель конский.

Hobuoblikas kasvab rannaniitudel, teeservadel; Eesti NSV-s esineb võrdlemisi harva. Taim on 60—120 cm kõrge, õitseb juunist juulini. Õisik on tihe, õieraag keskel või pisut allpool keskkohta liigestunud. Õiekatte sisemised hõlmad on viljumisel 6—8 mm pikad, enamasti tömbi tipuga. Vars on vaoline, ülemises osas harunev. Alumised lehed on tömpjad, 15—25 cm pika ja 6—12 cm laia, sügavalt südaja labaga. Lehtede alumise pinna rood kaetud lühikeste karedate karvakestega.

Ravimina kasutatakse peamiselt juurikat koos juurtega *radix Rumicis conferti* nime all. Kogutakse sügisel. Juured kaevatakse maa seest välja, raputatakse mullast puhtaks ja pestakse külmas vees. Pärast nõrgumist lõigatakse tükkideks ja kuivatatakse.

Droog koosneb mitmesuguse kujuga pruunidest, oranžkollase murdepinnaga juurika- ja juuretükkidest. Maitse on kootav, omapärane, meenutab rabarbrijuurika maitset.

Droog sisaldab 8—12% parkaineid, 4% oksümetüülantrakinooni derivaate (krüsofanool, emodiin), vaiku, eeterlikku õli, flavonoide, K-vitamiini, kuni 9% kaltsiumoksalaati.

Rahvameditsiinis on hobuoblika juurt kasutatud väga mitmesuguste nahahaiguste ja ka põletushaavade raviks. Peale selle on kasutatud maksahaiguste puhul.

Väikestes kogustes (0,25 g) toimib juurte pulber kinnistavalt. Kasutatakse laste kõhulahtisuse korral. Koos teiste spetsiifiliste vahenditega sobib hästi infektsioossete kõhulahtisuste raviks. Toimib hästi ka sisemiste verejooksude vaigistajana. Suuremates annustes pulbrina (0,5 g) ja ekstraktina avaldab lahtistavat toimet.

Samaks otstarbeks võib kasutada ka hobuoblika vilju, mis sisaldavad samu toimeaineid.

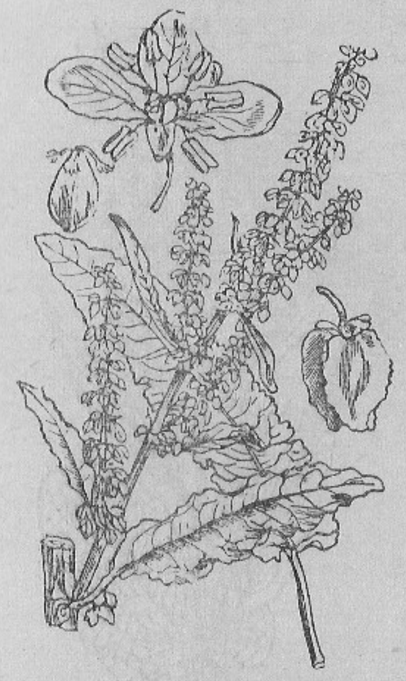
Kärnoblikas — *Rumex crispus* L., *Polygonaceae.*

Hobuse-hapuoblikas, hobuoblikas, hobuseurmad, kärnajuur, kärnarohi, kärnhain, kärnhublik, tulihein, tulioblikas, roosirohi.

Щавель курчавый.

Kärnoblikas kasvab elamute läheduses kõnnustutel, teede ja tarade ääres, kohati ka põllul umbrohuna. Ta on mitmeaastane taim tugeva maasisese juurikaga, millest haruneb peenemaid juuri. Juurikas ja juured on seest kollased, pehmelt kohevad. Vars on enamasti lihtne, alusel mõned oksad, 40—120 cm kõrge. Alumised lehed suured, kuni 20 cm pikad, kitsassüstjad, teritunud, servast tugevasti kurrulised, kiilja või veidi südaja alusega; ülemised varrelehed märksa väiksemad. Õisi palju, nad moodustavad varre ladvas kitsa, tiheda, väljast punaka pöörisja õisiku, sisemised õiekatte hõlmad tumedama mõhnaga, ümarsüdajad, terveservalised või alusel veidi hambulised. Õitseb juunist augustini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Hobuoblika kõrval on rahvameditsiin kasutanud ka teisi suurelehelisi oblikaid üldiselt hobuoblika nime all, liikide vahel vahet tegemata. Et kärnoblikas esineb Eesti



NSV-s peaaegu kõikjal, siis kasutatigi teda eesti rahvameditsiinis. On andmeid, et möödunud sajandil apteekides tarvitusel olnud droog *radix Lapathi, radix Lapathi crispi* ehk *radix Lapathi acuti* saadi kärnoblikast. Kärnoblika juured on alles lähemalt uurimata, kuid esialgsed andmed näitavad, et see liik toimeainetelt sarnaneb hobuoblikaga.

Tömbilehine oblikas — *Rumex obtusifolius* L., *Polygonaceae.*

Щавель туполистный.

Tömbilehine oblikas kasvab teeservadel, võsastikes, elamute läheduses. Ta on vaolise varrega, ülemises osas harunev mitmeaastane rohttaim, kõrgusega 60—120 cm. Alumised lehed on piklik-ovaalsed, lamedad, tumerohelised, nende laba on kuni 25 cm pikk, südaja alusega. Õisik on alumises osas lehtedega; õiemännased üksteisest pisut eemaldunud ning õisik seetõttu katkestunud; õieraod allpool keskkohta liigestunud. Arenenud õiekatte sisemiste

hõlmade pikkus ületab märgatavalt laiuse; hõlmad piklik-kolmnurkjad, üksikute naaskeljate tipmetega, mille pikkus ei ületa hõlmade laiust, kõik mõhnaga. Õiekatte sisemised hõlmad võivad olla ka kitsasmunajad-kolmnurksed, pikema tipmise osaga. Õitseb juulis-augustis.

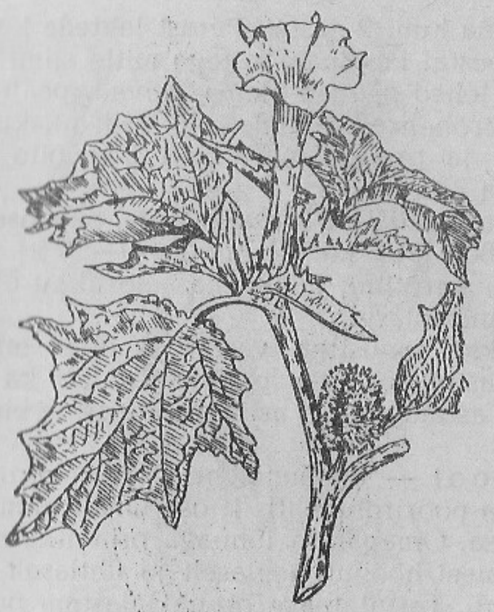
Ka selle taime juured olid varem *radix Lapathi* ehk *radix Lapathi acuti* nime all kasutusel. Toimeainetelt sarnaneb hobuoblikaga.

70. Harilik ogaõun — *Datura stramonium* L., *Solanaceae.*

Okasõun, kolgalill, kolkhain, maruhein, nõiarohi, okas-õunalill.

Дурман обыкновенный.

Ogaõun kasvab meil peamiselt kultuuris ravimtaimena, väga harva ka metsistunult. Ta on üheaastane taim, 30—90 cm kõrge. Vars on püstine, harkjalt oksine, paljas;



oksad siseküljel pehmekarvased. Lehed rootsulised, suured, üldkujult munajad, servast ebaühtlaselt hambulised või hõlmised. Õied kaenlasisesed või tipmised, väga suured, enamasti üksikult lühikesel raol, pikalt lehterjad; kroon valge, viie teritunud tipmega, kuni 6 cm pikk, pika putkega, lõhnav; tupp putkjas, kandiline, viiehambaline, enamasti viiekandiline, variseb pärast õitsemist, jättes vilja alla vaid lühikese serva. Vili — peaaegu ümmargune suur kupar, kattunud ogadega, hulga seemnetega. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s võrdlemisi harva.

Ravimina kasutatakse ainult taime lehti — *folia Stramonii.* Taim on väga mürgine.

Lehtede kogumist alustatakse augustis enne alumiste lehtede koltumist, kusjuures võetakse vaid täiskasvanud lehti. Teist korda kogutakse lehti enne öökülmi septembris, sest öökülmadest rikutud lehed on väärtuseta. Kuivatatakse varjualuses, soovitatavalt plekk-katusega hoone pööningul, õhukese kihina. Lehtede lõhn on uimastav, maitse okseleajavalt mõru, soolakas. Droog säilib tarvita-

miskõlblikuna kuni 2 aastat. Pärast lehtede kogumist hoolikalt käsi pesta! Pesemata kätega mitte silmi puutuda!

Ogaõuna lehed peavad olema kuivad, pealt tumerohelised, alt helerohelised. Standardnõuded: niiskust mitte üle 14%, musti ja pruune lehti kuni 5%, õite ja viljadega taimeosi alla 2%.

Droog sisaldab 0,3—0,8% alkaloide, peamiselt hüostsüamiini (50—80%) ja skopolamiini (20—50%), 1,7% parkaineid, 0,1% karotiini, jälgedena eeterlikku õli ja rikkalikult kaltsiumisoolasid.

Tarvitatakse rahustina vastavalt arsti ettekirjutusele valude ja astmahoogude puhul. Kuulub ka nn. astmatubaka ehk astmatooli ja astmapaberosside ehk astmatiini koostisse.

Astmatool — ogaõunalehti 6 osa, karumustikalehti 2 osa, koera-pöörirohulehti 1 osa, naatriumnitraati (salpeetrit) 1 osa. Omapärase lõhnaga pruunikasroheline pulber. Süütamisel hõõgub aeglaselt ja ühtlaselt, kuni täielikult tuhastub. Tarvitatakse bronhiaalastma puhul. Põletatakse pool teelusikatäit ja hingatakse suitsu sisse.

Astmatiin — ogaõunalehti 8 osa, koera-pöörirohulehti 2 osa, naatriumnitraati 1 osa. Tarvitatakse sigarettidena astma puhul.

Peale ñende on apteekides ogaõunatilgad — *tinctura Stramonii*, mida väljastatakse ainult arsti retsepti järgi.

Harilikul ogaõunal on palju varieteete. Ametlikult on lubatud kasutada ainult valgeõielist varieteeti (var. *stramonium*).

71. Harilik orashein — *Elytrigia repens* (L.) Nevski [*Agropyron repens* (L.) Beauv.], *Gramineae*.

Heinrohi, kalkunirohi, kurgurohi, lemmrohi, maaväädid, orasrohi, sardhein, seasõrg, seatelg, seaväät, seavööt, sõrarohi, sörg, söödirohi, tsiahain, vinnud, vöödilill, üül, üülijuurikas.

Пырей ползучий.

Harilik orashein kasvab sagedasti põldudel umbrohuna, aga ka teeservadel, kraavikallastel, tarade ääres, jäätmaadel. Ta on mitmeaastane kõrreline, 20—100 cm kõrge. Kõrre all on maa sees 9—12 cm sügavuses pikad juurikad,

mis roomavad mitmes suunas võsunditena. Kõrs püstine, sile, enamasti paljas; lehetuped siledad, paljad, noorelt ka karvastunud, servadest veidi ripsmelised. Lehelaba hele- või sinakasroheline, enamasti üle 0,5 cm lai, lame, lühikesest karvadest kare. Pea on kuni 10 cm pikk, harva pikem, püstine, enamasti tihe; pähikud 3—5-õielised, 10—15 mm pikad; libled pähikust lühemad, 5 rooga, süstjad, lühiohtelised. Terised 6—7 mm pikad, eest lamedad, pikuti vaokeega. Õitseb juunist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutati varem orasheina juurikaid — *rhizoma Graminis*. Praegu apteekides ametlikult ei kasutata.

Hariliku orasheina juurikaid kogutakse tavaliselt sügisel. Et orashein on sage umbrohi ja pealegi väga elujõuline, võib juurikaid kohati leida õige palju, 2—3 kg ruutmeetrilt. Juurikatelt eemaldatakse muld, pestakse nad siis vees hästi puhtaks ja kuivatatakse õhukese kihina varjulises kohas tuuletõmbuses.

Hariliku orasheina droog esineb peamiselt kahel kujul: 1) kimpudesse seotud terved õlgkollased läikivad juuri-

kad; 2) tükeldatud juurikad, kuni 1 cm pikad. Niiskus ei või ületada 14%. Terved juurikad murduvad painutamisel, tükeldatud juurikad kahisevad liigutamisel. Lõhn puudub, maitse on magus. Pruuniks muutunud juurikaid ei tohi droogis olla üle 5%.

Droog sisaldab rohkesti fruktosaane, sealhulgas 3—18% trititsiini ja 3% d-fruktoosi; lima, kummit ja 0,01—0,05% eeterlikku õli. Eeterlik õli sisaldab 95% laia antibiootilise toimega agropüreeni (kahe kolmiksidemega süsivesinik) ja 5% karvooni.

Orasheina juurikale omistatakse ainevahetust soodustavat, regeneratsiooniprotsesse kiirendavat ja diureetilist toimet. Fruktosaanide sisalduse tõttu on ta dieetvahend. Limasisalduse tõttu kasutusel kaitsva limana ja nõrga lahtistina. Ekstrakt sobib pillide massi valmistamiseks. Rahvameditsiinis kasutati maksa-, kopsu- ja neeruhaiguste raviks.

72. Põldosi — *Equisetum arvense* L., *Equisetaceae.*

Kevadine viljaline vars: hobusetilk, kahrutilk, karvatilk, kesatilgad, kitsenisa, kukulinnunisad, lambanisad, lambanännid, lehmanisad, tilkhain, utetissid; suvine viljatu vars: hundisaba, konnakuusk, konnaohjad, kuusikhain, oravasaba, piibusk, seapiibud.

Хвощ полевой.

Põldosi kasvab umbrohuna põldudel, osalt niitudel, liivakatel ja savikatel nõlvadel, jäätmaadel. Ta on mitmeaastane taim, pika maasisese juurikaga (varrega), mis tungib kuni 2 m sügavusele. Esineb kahel kujul: 1) kevadine viljaline vars on kuni 20 cm kõrge, pruunikas või kollakas, mahlakas ja pehme, ruljas; lehtedetuped magujad, kellukjad või lehterjad, kuni 2 cm pikad, niisama pikkade mustjaspruunide hammastega, mida on 8—12; hambad liitunud 2- või 3-kaupa või vabad; eospea kuni 3,5 cm pikk, säsika teljega; eosed valmivad aprillis ja mais; 2) suvine viljatu vars on kuni 40 cm kõrge, 6—15 soonega, oksine; lehtedetuped 5—12 mm pikad, ülal värrest veidi eemale hoidvad; hambad mustad, kitsa valge servaga, kolmnurkselt süstjad; männasoksad asetsevad viltuselt püsti; nad on sügavate vagudega, teravalt kandilised, enamik harunemata või vaid üksikute harudega; varre tipp enamasti okstest, ulatub okstest üle; okste lehtedetuped eemalehoidvate kolmnurksete hammastega, pikalt teritunud tipuga. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse põldosja suvise taime maapealset osa, ürti — *herba Equiseti.*

Kogutakse juunist septembrini. Kõige sobivam on korjata suviviljapõllult. Ürt lõigatakse maha maapinna ligidalt ja eemaldatakse alumine, must osa. Kuivatatakse varjulises kohas õhukese kihina. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 4 aastat.

Droog on hallikasroheline, lõhnata, kergelt hapuka maitsega. Niiskust võib sisaldada kuni 12%, muid lisandeid kuni 5%, sealhulgas teisi osjaliike[1] mitte üle 4%. Põletamisel annab kuni 25% tuhka.

Droog sisaldab kuni 25% (enamasti 10%) ränihapet, millest umbes 10% on lahustuval kujul, 5% saponiini ekvisetoniini, flavoonglükosiide (aglükoonid: kvertsetiin, luteoliin, kempferool), jälgedena alkaloide (sealhulgas ka nikotiin), orgaanilisi happeid (akoniit-, õun- ja oblikhape), parkaineid, vaiku. On leitud ka kuni 190 mg% C-vitamiini ja 4,7 mg% karotiini.

Ürti kasutatakse esmajoones uriinierituse suurendamiseks südame- ja neeruhaiguste puhul, mis põhjustavad tursete tekkimist. Ei ole lubatud tarvitada ägeda neerupõletiku (nefriidi) puhul, sest ärritab neerukude.

---

[1] Peale põldosja esineb veel teisi, temaga sarnaseid osjaliike, sagedamini järgmisi:

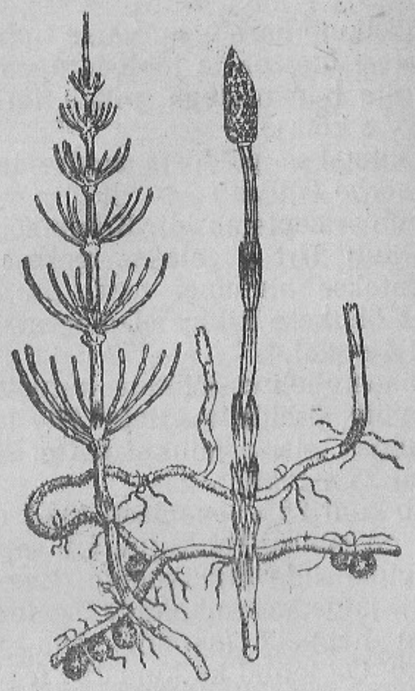
metsosi (*Equisetum sylvaticum* L.) — männasoksad harunevad veel männasjalt, seetõttu on taim hästi kahar; lehtedetuped kellukjad, neide alumine osa roheline, ülemine pruunikas, hambad tupe pikkused, pruunid, liitunud kahe- kuni viiekaupa 3—6 hõlmaks; kasvab peamiselt niisketes segametsades;

aasosi (*E. pratense* Ehrh.) — männasoksad ei harune; lehtedetuped torujad, kahkjas- või pruunikasrohelised, 10—15 tumeda hambaga, hambad laia valkja äärisega, süstjad, lühikeselt teritunud tipuga; kasvab kuivadel niitudel ja metsades;

soosi (*E. palustre* L.) — männasoksad harunemata või on vaid üksikute harukestega; lehtedetuped 6—10 hambaga, hambad terava tipuga, mustjaspruunid, laia valkja kileja äärisega; kasvab soodes, veekogude kallastel, niisketel niitudel, soode lähedal olevatel põldudel;

konnaosi [*E. fluviatile* L. em. Ehrh. (*E. limosum* L.)] — männasoksad puuduvad või neid on vaid üksikuid; lehtedetuped torujad, varrejämedad, pruunid, läikivad, mustade teritunud tippudega, 12—20 hambaga; kasvab soodes, mageveekogudes, kraavides, kohati hulgaliselt.

Neid osjaliike ei tule droogiks koguda.



Loomade ravis kasutatakse välispidiselt puistepulbrina haavadele.

Apteekides on müügil kuiva droogina. Kuulub astmaravimi T r a s k o v i m i k s t u u r i koostisse.

Annus: peenestatud droogi võetakse 2 supilusikatäit 1 klaasi keeva vee kohta. Juuakse päeva jooksul 1 klaas.

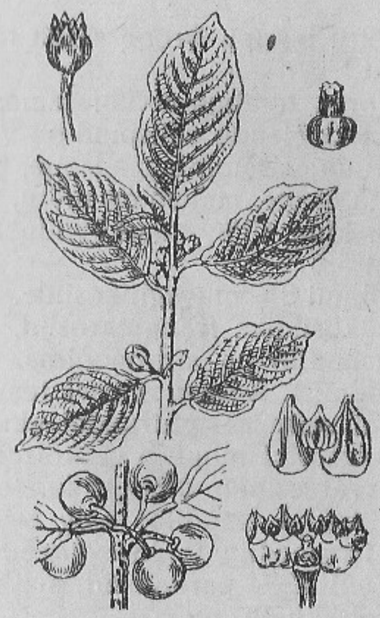
Rahvameditsiinis on põldosja teed kasutatud ka sapi- ja neerukivide raviks.

73. Paakspuu — *Frangula alnus* Mill. (*Rhamnus frangula* L.), *Rhamnaceae*.

Hundipaats, hundiupats, kitsepaatsap, kitsekünnap, kitseuipuu, mõruuibu, paatsampuu, paksempuu, ohupaats, soemarjapuu, soetoomepuu, vohupaaks jne.

Крушина ольховидная, к. ломкая.

Paakspuu kasvab niisketel niitudel, segametsades, siirdesoodes, lodudel, tarade ääres, karjamaadel. Ta on peamiselt põõsas, kuni 4 m kõrge, väga harva madal puu. Tüvi



on sirge, hallika koorega, selles palju valkjaid lõvesid; painutamisel murdub puit kergesti pikkade kildudena. Lehed liiptilised, äraspidimunajad, kuni 8 cm pikad, 5 cm laiad, 6—10 paari hästi märgatavate külgroodudega, lehetipp järsult teritunud. Õied valkjad, viietised, enamasti kaenlaisesed, 2,5—3 mm pikad; kroonlehed tupplehtedest lühemad, tupp 5 tipmega. Vili kerajas (mari), algul punakas, valminuna must, läikiv, 2 või 3 seemnega. Õitseb maist juulini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse paakspuu koort — *cortex Frangulae*.

Koort kogutakse kevadel või varasuvel mahlade liikumise ajal, kui koor on lahti. Koore saamiseks lõigatakse põõsast terava noaga või raiutakse terava kirvega sobivad tüved 10 cm kõrguselt maapinnast viltuse lõikega. Oksale ja tüvedele tehakse ringikujulised sisselõiked iga 25—30 cm järel, ühendatakse need pikilõikega ja eemaldatakse koor kohe pärast maharaiumist tömbi noaga, et koore külge ei jääks puidukiude. Põõsad taastuvad umbes 3 aastaga. Kasvavailt tüvedelt koort võtta ei või, sest põõ-

sas hävib selle tõttu ikkagi. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 5 aastat.[1]

Droogiks on torru tõmbunud või lamedad, 0,5—2 mm paksused kooretükid. Nende välispind on veidi kare, kortsuline, hallikaspruun; sisemine pind sile, punakaskollane kuni pruun. Lõhna ei ole, maitse on mõru, vastik. Droogis võib niiskust olla kuni 15%, koort puidukilluga alla 1%; tuha üldjääk kuni 5%.

Droogis leidub kuni 8% antraglükosiide. Värskes koores on peamiseks glükosiidiks frangularosiid, milles antrakinooni derivaat emodiin on antranoolina. Frangularosiid põhjustab oksendamist. Kuumutamisel temperatuuril 100° või pikemaajalisel seismisel antranool oksüdeerub antrakinooniks, frangularosiid muutub glükofranguliiniks. Glükofranguliini kõrval esineb droogis ka tema hüdrolüüsi produkte franguliini ja emodiini ning teisi antrakinooni derivaate, nagu isoemodiin ja krüsofanool. Peale nende sisaldab droog kuni 12% parkaineid, suhkruid, õunhapet ja jälgedena eeterlikku õli.

Kasutatakse lahtistina kroonilise kõhukinnisuse puhul, ka maksavalude, sapivähesuse ja sapikivide puhul keedisena, vedelekstraktina või tablettidena. Keediseks võetakse 1 supilusikatäis paakspuu koort, valatakse peale 1 klaasitäis keeva vett, keedetakse 20 minutit, kurnatakse. Keedist juuakse õhtul ja hommikul, ½ klaasi korraga.

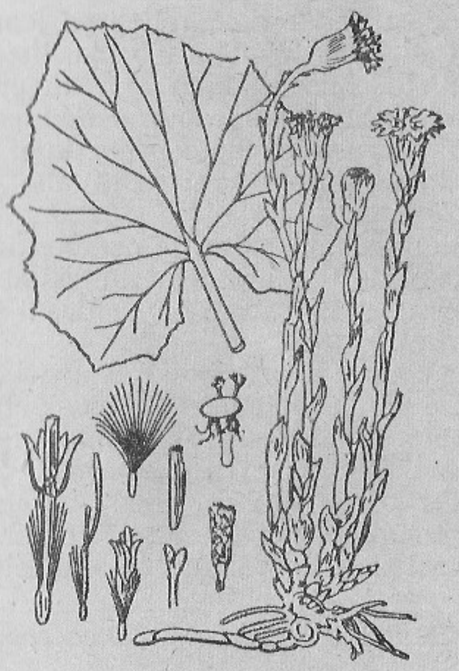
74. Paiseleht — *Tussilago farfara* L., *Compositae*.

Emakobraleht, emaleht, kajulehed, külmalill, lõmmuleht, nimetserohi, omaemarohi, paisekakk, rüüsirohi, sauelill, umbpaiselehed, umbvalurohi, vaeselapseleht jne.

Мать-и-мачеха.

Paiseleht kasvab kraavikallastel, samuti põldudel, nõlvadel, paekalda jalamil ja mujal savisel või niiskel liivasel pinnasel. Ta on mitmeaastane taim, millel on pikad ümmargused juurikad mitme külgjuurikaga. Vars on püstine, sirge või tõusev, seest mitte õõnes, 10—30 cm pikk, kattunud soomusjate lehtedega. Lehed arenevad pärast

[1] Et ebasoovitavat kõrvaltoimet vältida, tuleb paakspuu koort enne tarvitamist hoida 1 aasta kuivas kohas või kuumutada 1 tund temperatuuril 100 °C.



õitsemist, on kõik juurmised, südajas-ümmargused, hobusekabjakujulised, suured, kuni 25 cm läbimõõdus, ebaühtlaselt nurgelised, pealt rohelised, alt valgeviltjad. Õied puhkevad enne lehtede ilmumist; nende keelõied kuldkollased, väga harva pruunikaskollased; putkõied kellukjad, kollakad, enamasti isasõied, tolmukatega; servmisi keelõisi palju, need on peamiselt emasõied, emakakaelaga. Õiepõhi õõnes, paljas. Korvõisik üksikult, kuni 2 cm lai, pärast õitsemist longus. Kõrge varre otsas pärast õitsemist valkjas nutt lendkarvadega viljadest. Õitseb aprillis ja mais. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse paiselehe lehti — *folia Farfarae*.

Lehti kogutakse pärast õitsemist, alates maist. Nopitakse nii, et lehelaba külge ei jääks üle 5 cm pikka rootsu. Alt hallikate karvadega kattunud täiskasvanud lehed, milles ei ole pruune laike ega söödikute kahjustusi, asetatakse õhukese kihina (1 või 2 lehe kaupa) kuivama, alumine, karvastunud pind ülespoole. Kuivamise ajal lehti ei segata, sest segamise tõttu nad kortsuvad ja mustuvad. Kuivanud lehed säilivad tarvitamiskõlblikena 3 aastat.

Droogi moodustavad terved rohelised lehed, pealt läikivad, alt viltjad, ilma lõhnata, mõrkja, limase maitsega. Droogis on lubatud niiskust kuni 13%, tugevasti pruunistunud ja roostesi lehti alla 5%, purunenud lehtede osi, mis läbivad 3 mm^2 suuruste avadega sõela, kuni 2%, orgaanilisi lisandeid (katkujuure ja takja lehti) alla 2%; tuhajääk üldiselt kuni 20%.

Droogis leidub galaktoosidest ja pentoosidest koosnevat lima, polüsahhariide (inuliin, dekstriin) kuni 2,6%, mõruglükosiide (tussilagiin), saponiine, gallus-, viin- ja õunhapet, sitosteriini.

Paiseleheteed tarvitatakse röga lahtistava vahendina. Teeks võetakse 15 grammi peenestatud lehti 1 klaasitäie keeva vee kohta, keedetakse 10—15 minutit, lastakse jahtuda ja kurnatakse. Seda võetakse iga 2—3 tunni järel, 1 supilusikatäis korraga. Sama teed on rahvameditsiinis kasutatud ka kompressiks paistetuse ja haudumuse korral. Paistetanud kohtadele on pandud ka värskeid lehti.

75. Pajud — *Salix* L., *Salicaceae*.

Pai, paiju, pao (peamiselt põõsasliigid), lember, remmel, remmelgas (sagedamini puudena esinevad liigid).

Ива.

Paju ei ole praegu apteekides ravimtaimena ette nähtud, varematel aegadel aga on kasutatud pajukoort — *cortex Salicis*. Praegu tarvitatakse rahvaravimina kolme pajuliigi hõberemmelga, rabeda remmelga ja raagremmelga koort. Neilt liikidelt koore kogumine ja kuivatamine toimub kõigil ühteviisi, ka saadud droogi kasutamine on ühesugune. Seepärast käsitletakse neid siin selles osas ühiselt.

Hõberemmelgas — *Salix alba* L., *Salicaceae*.

Alatsipaju, halapai, halepaju, hõbepaju, saksamaa paju, siidipaju, valge raid, valge raagpaju jne.

Ива белая, ветла.

Hõberemmelgas kasvab jõgede ja tiikide kallastel, sagedamini aga ilupuuna istutatult puiesteede ääres. Ta on tugev puu, kuni 25 m kõrge. Tüvi on püstine, pikliku valkja

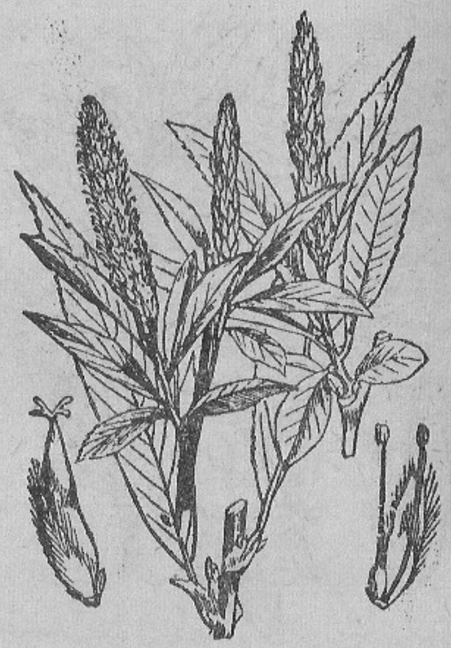
võraga. Oksad noorelt siidkarvased, vanemalt paljad, pruunid, talvel punased, sageli piitsjalt rippuvad, kevadel rohekad, sitked, ei murdu kergesti vanema oksa küljest. Lehed pikliksüstjad, 1—3 cm laiad, 10—15 cm pikad, üle 10 paari külgroodudega, algul mõlemalt poolt kattunud valgete siidkarvadega, hiljem peaaegu paljad. Urvad ruljad, õitsevad aprillis ja mais, kui lehed juba arenenud. Esineb sagedamini Lõuna-Eestis, harvemini Põhja-Eestis.

Rabe remmelgas — *Salix fragilis* L., *Salicaceae*.

Habras remmel, hell paju, lember, lemberpaju, murepaju, mägiremmelgas, remmelgas, rämmpaju, vesipaju jne.

Ива ломкая, ракита.

Rabe remmelgas kasvab jõe- ja ojakallastel, metsaservadel, teeäärtel, sagedamini istutatult. Ta on kuni 15 m kõrgune puu ümara võraga. Noored oksad siledad, hallikasrohelised või kollakaspruunid, alusel rabedad ja murduvad kergesti vanema oksa küljest (tugevama tuule järel on puude all palju peenikesi murdunud oksi). Lehed süstjad



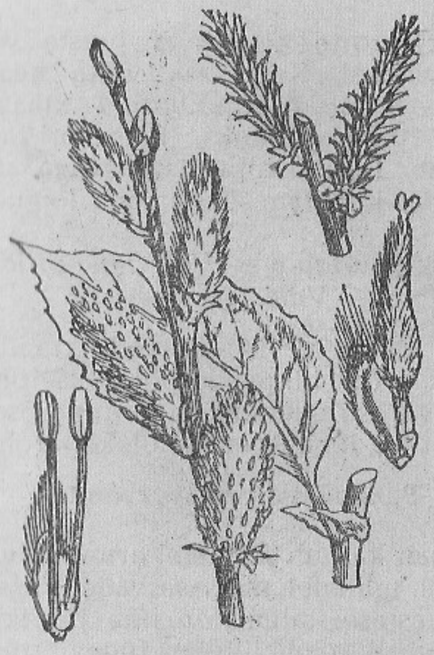
või piklik-süstjad, 1—2 cm laiad, 8—10 cm pikad, servast jämesaagjad, 10—12 paari külgroodudega, paljad või servast pehmekarvased, alt sinirohelised. Urvad ruljad, peenikesed. Õitseb enamasti mais. Esineb kõikjal, kohati hõredalt.

Raagremmelgas — *Salix caprea* L., *Salicaceae*.

Kitsepaju, laanepaju, parkpaju, lembripuu, maltspaju, munapai, raagpaju, raaremmelgas, remmelpaju, urvapaju.

Ива козья, бредина.

Raagremmelgas kasvab kuni 15 m kõrguse puuna metsades, puisniitudel, võsastikes, tarade ääres, sagedasti ka põõsana. Tüvi sirge, enamasti oksine, paksu halli koorega. Noored oksad jämedad, halli koorega. Lehed elliptilised või munajad, 3—6 cm laiad, 5—10 cm pikad, terveservalised, paksuvõitu, pealt noorelt veidi karvastunud, rohelised, läiketa või veidi läikivad, alt viltjalt karvased, helehallid, 3—8 paari külgroodudega. Urvad raotud, suured, valgevillased, munajad, emasurvad piklikud, õitsevad enamasti



enne lehtede arenemist, aprillis ja mais. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Koort kogutakse kevadel mahlade suurima liikumise ajal, mil koor on lahti, paju noortelt võrsetelt või vanema paju sõrmejämedustelt okstelt. Koort võetakse ringlõigete ja pikilõigete abil 25—30 cm pikkuste torukestena või ka pooltorukestena. Kuivatatakse hea tuuletõmbusega ruumis.

Droogiks on välispinnalt hallid, sisepinnalt heledad kooretorukesed.

Pajukoor sisaldab kuni 10% fenoolglükosiide. Nendest peamised on salitsiin ja salikortiin (aglükoonideks on saligeniin ja salitsüülsaligeniin). Pajukoor sisaldab ka 4—12% parkaineid ja flavoonglükosiide (eriti salipurposiidi). Saligeniin muutub organismis salitsüülhappeks, millel põhines pajukoore kasutamine palaviku-, reuma- ja valuvastase vahendina.

Pajukoore keedist kasutatakse peamiselt rahvameditsiinis reumaatiliste valude, palaviku, bronhiidi, läkaköha korral, samuti verejooksu puhul kopsust, soolest, põiest. On ravimiks neerupõletiku ning mao- ja soolekatarride puhul. Välispidiselt tarvitatakse suuõõne ja kurgu loputamiseks ning kuristamiseks. Kasutatakse ka pea pesemi-

seks koos takjajuurte keedisega juuste väljalangemise ja kõõma ravimisel. Keediseks võtta keskmiselt 10—15 grammi peenestatud pajukoort 1 klaasi keeva vee kohta; keeta 10—15 minutit, kurnata. Seda võetakse 3 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga. Sama keedist võib kasutada ka kuristamiseks ja suu loputamiseks.

76. Harilik palderjan — *Valeriana officinalis* L., *Valerianaceae*.

Ehmatuserohi, kassirohi, kassiviinad, krambirohi, kurjakahetsemisrohi, nõiarohi, peedurohi, pikserohi, rabanduserohi, sooingver, surnuehmatusejuur, vereselituserohi, võimurohi, ülekuhjarohi, ülekäijarohi jne.

Валериана лекарственная.

Harilik palderjan kasvab niisketel aruniitudel, sooniitudel, jõgede kallastel, luhtadel, metsaservadel võsastikes, tarade ääres. Mitmeaastasel taimel on tihe juurikate ja juurte kimp, milles juurikas on lühike, tugev, ruljas, sagedasti lühikeste maasiseste võsunditega. Vars on püstine, lihtne, sooniline, seest õõnes, alt pisut karvane, ülalt paljas, 25—120 cm kõrge. Lehed on paaritusulgjad, 5—11 paari lehekestega, võrdlemisi pikad; lehekesed süstjad või lineaalsed, terveservalised või jämedahambalised. Õiekroon punakasvalge või valge, 5 tipmega, veidi lehterjas, ebakorrapärane; õied peamiselt sarikana; sarikad enamasti vastakud. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse palderjani juurikaid koos juurtega — *rhizoma cum radicibus Valerianae*.

Kogumine toimub sügisel, septembris ja oktoobris. Metsikult kasvavad või kultiveeritud taimed kaevatakse maast välja, raputatakse neil muld küljest ja lõigatakse maapealsed osad hästi juurika lähedalt maha. Juurikad pestakse vees puhtaks, kontrollides hoolikalt, kas kõik mullatükid ja kivikesed on juurte vahelt eemaldatud. Jämedamad rohkete juurtega juurikad võib puhastamise hõlbustamiseks lõigata pikuti lõhki või neljaks ilma juuri juurika küljest eraldamata. Saadud kogus jäetakse paariks päevaks restile või korvi nõrguma, siis asetatakse kuivatisse või plekk-katusega pööningule kuivama. Kuivatamisel peab temperatuur olema 30—35 °C, kihi paksus ei tohi

olla üle 10 cm, juurikaid tuleb sageli segada. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 3 aastat.

Droogi moodustavad helepruunid juurikad ja juured; nad on tugeva lõhnaga, vürtsika, mõrkjasmagusa maitsega. Droogis võib olla niiskust mitte üle 16%, kuni 1 cm pikkuste varre- ja lehejäänustega juurikaid mitte üle 3%, mineraalseid ja orgaanilisi lisandeid minimaalselt; tuhajääk alla 14%.

Metsikult kasvavat palderjani on sügisel raske ära tunda. Lihtsam oleks neid koguda õitsemise ajal, kuid siis saadakse madala väärtusega droog. Metsikult kasvava palderjani juurikas ja juured on väga väikesed ega tasu praktiliselt kogumist. Palju paremaid tulemusi saadakse palderjani kultiveerimisel.

Palderjani kasvatamiseks sobib igasugune viljakas pinnas. Seeme külvatakse augustis kohe pärast valmimist lavasse. Palderjan vajab idanemiseks rohkesti niiskust ja valgust. Seetõttu seemet mullaga ei kaeta. Et muld niiske püsiks, on soovitatav katta külv õhukese kihi turbasambla- ga. Sammal hoiab ära ka seemnete kokku-uhtumise kastmisel. Lavad kaetakse klaasidega. Palderjan tärkab 10—

12 päeva pärast. Vajaduse korral kastetakse ja õhustatakse lavasid. Talveks kaetakse lavad kuuseokste või laudadega. Võimalikult vara kevadel (aprilli algul) kaetakse lavad uuesti klaasidega. Maikuu keskel on taimed umbes 15 cm kõrged ja sobivad istutamiseks. Klaasitud lavade puudumisel võib seemne külvata peenrasse ja katta perfoolkilega. Et kile all mulla niiskus hästi säilib, ei ole turbasamblaga katmist tarviski. Taimede tärkamisel ja järgmise aasta kevadel on tarvis peenra ümber asetada raam, et kile jääks taimedest pisut kõrgemale. Maikuu keskel istutatakse taimed sügisel küntud ja kevadel korralikult haritud põllule reavahedega 45—60 cm, taimedevaheline kaugus reas 15—20 cm. Umbes kahenädalaste vaheaegade järel kohendatakse reavahesid ja kõblatakse umbrohi ridadelt. Augustis-septembris kasvavad taimed kõige intensiivsemalt. Saak koristatakse oktoobris. Seemnete saamiseks jäetakse osa põllust järgmiseks aastaks. Järgmisel aastal tekivad varred ja palderjan hakkab juba juunis õitsema. Augusti algul, kui umbes veerandil sarikas olevatel viljadel on tekkinud lendkarvad (viljad ei valmi korraga), lõigatakse varred umbes 20—30 cm pikkuselt maha ja paigutatakse hästi tuulutatavasse ruumi järelvalmima ja kuivama. Kuivanud vartelt kolgitakse seemned lahti, sõelutakse ja tuulatakse.

Palderjani võib külvata ka varakevadel otse põllule, reavahedega 45—60 cm. Külvinorm 7—8 kg seemet hektarile. Seemet ei kaeta, vaid ainult rullitakse. Tärkamisel eemaldatakse ridadelt umbrohi kõplamise teel ja kobestatakse reavahesid. Sügiseks tekib ainult lehtede rosett. Järgmisel aastal tuleb hoolitseda, et taimed ei hakkaks õitsema. Varte ilmumisel niidetakse need umbes 20 cm kõrguselt maha. Saak kogutakse oktoobris. Sellise kultiveerimisviisi juures saadakse küll mõnevõrra suurem saak, kuid põld seisab ühe kultuuri all kinni 2 aastat. Esimene kõplamine kohe pärast taimede tärkamist on küllaltki töömahukas. Raskusi tekitab järgmisel aastal ka varte niitmine, mida tuleb teha 2 või 3 korda vegetatsiooniperioodi jooksul. TRÜ ravimtaimede laboratooriumis osutus esimene kultiveerimismoodus tulukamaks.

Vennasvabariikides on katsetatud palderjani külvamist ka kattevilja (vikk, oder) alla. Palderjan talub hästi viljata. Sellisel viisil kasvanud taimed ei hakka ka järgmisel aastal õitsema.

Palderjan reageerib väetistele väga hästi. Nii orgaaniline kui ka mineraalväetis tõstavad saaki 40—60%, kui neid kasutada samades kogustes nagu teiste põllumajanduslike kultuuride puhul. Meie oludes võiks arvestada saagina 12—25 ts kuivatatud juurikaid ja juuri hektarilt.

Droog sisaldab 0,5—2,0% eeterlikku õli. Viimane koosneb paljudest terpeenidest ja seskviterpeenidest ning sisaldab ka borneooli ja mürtenooli estreid. Neist kõige olulisem on ester isopalderjanhappega, mis koos vaba isopalderjanhappega annabki juurtele kuivatamisel tekkiva iseloomuliku lõhna. Need ained on rahustava toimega. Rahustav toime on ka nn. valepotriaatidel — polühüdroksütsüklopentapüraanide estritel. Droogis leidub neid keskmiselt 5%. Soolhappega annavad need ühendid sinise värvuse, mistõttu neid ka halasukroomideks nimetatakse. Droog sisaldab veel püridiinalkaloide valeriini ja hatiniini (peamiselt värsketes juurtes), väheuuritud koostisega glükosiidi valeriidi, parkaineid, suhkruid ja orgaanilisi happeid.

Suurem osa varutud juurikaid ja juuri töödeldakse vastavates tehastes mitmesugusteks preparaatideks. Palderjani juurikad ja juured ning nende preparaadid vähendavad kesknärvisüsteemi erutuvust ja on osalt spasmolüütiliste omadustega. Neid kasutatakse rahustava vahendina erutuse, unetuse, südame ja veresoonte süsteemi neuroosides, seedetrakti spasmide jne. puhul. Sageli kuuluvad nad ka mitmesuguste rahustavate ravimsegude ja südamevahendite koostisse. Määratakse vesileotisena (teena), alkoholtinktuurina, nagu palderjanitilgad ja eeterlikud palderjanitilgad, südametilgad (koos piibelehetinktuuriga), Zelenini tilgad jne. Palderjanhapet sisaldavad järgmised preparaadid: validool, bromuraal, valokordiin, korvalool, kardiovaleen, tsinkvalerianaat, palderjani paksekstrakt. Droog kuulub ka rahustava tee koostisse (vt. lk. 34).

On inimesi, kellele palderjanipreparaadid avaldavad rahustamisele vastupidist ergutavat, joobnustavat toimet.

Rahvameditsiinis tarvitatakse palderjanileotist ehk -teed eespool mainitud haiguste ja häirete korral. Selle valmistamiseks võetakse 10 grammi peenestatud juurikaid ja juuri 1 klaasi keeva vee kohta, valatakse vesi peale ja lastakse kuni pool tundi tõmbuda; täiskasvanu võtab seda leotist 3 või 4 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga.

77. Harilik pihlakas — *Sorbus aucuparia* L., *Rosaceae*.

Pehilak, pihelgas, pihelpuu, pihilgas, pihl, pihlap, pihlapuu.

Рябина обыкновенная.

Harilik pihlakas on põõsas või puu, kuni 16 m kõrge. Kasvab segametsades, aruniitudel, võsastikes, teeservadel, tarade ääres, meresaartel. Puu võra on enamasti ümardunud, koor helehall, sile, läikiv, vanemalt lõheneb ja muutub tumedamaks. Lehed paaritusulgjad, lehekesi 4—9 paari, lehekesed pikliksüstjad, rootsutud, servast saagjad või peenehambalised, pealt tumerohelised, hõredalt karvastunud, alt heledamad, tihedamate karvadega; sügisel muutuvad lehed enamasti tume-veripunaseks. Õied laias ebakobaras, mis on püstine, paljuõieline, hõredalt karvastunud. Kroonlehed valged, ümardunud naastuga, lühikese pinnukesega; tolmukaid palju, emakaid enamasti 3. Vili — erepunane ümmargune mari (ebavili), 9—10 mm läbimõõdus, maitselt vihakas, muutub sügisel öökülmade mõjul maitsvamaks. Õitseb mais ja juunis; marjad valmivad septembris ja oktoobris. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse pihlaka marju — *fructus Sorbi*.

Kogumine toimub marjade valmimisel septembris ja oktoobris enne või pärast öökülmi. Kogutakse marjakobarad; marjad eraldatakse kodus ning puhastatakse vigastatud ja mustaks muutunud marjadest. Laotatakse esiteks ühekordse kihina paberile, pärast pannile või traatvõrgule ja kuivatatakse ahjudes või kuivatis temperatuuril 40—60 °C.

Droogiks on punakaspruunid, mõrkjashapu kootava maitsega ja nõrga lõhnaga marjad. Niiskust võib droogis olla kuni 18%, loomuliku värvuse kaotanud marju alla 5%, raagudega marju kuni 3%, kõrbenud marju mitte üle 1%.

Droog sisaldab kuni 200 mg% C-vitamiini, 18 mg% karotiini, P-vitamiini, kuni 10% suhkuralkoholi sorbiiti, sorboosi, sorbiin- ja parasorbiinhapet. Parasorbiinhape on kibeda maitsega, suurtes hulkades marjade söömisel toorelt võib esile kutsuda isegi mürgitusnähte. Orgaanilistest hapetest sisaldavad pihlaka marjad peamiselt õunhapet. Neid kasutatakse ka puhta õunhappe tootmiseks. Pihlaka marjades leidub ka parkaineid ja jälgedena eeterlikku õli. Seemned sisaldavad rasvõli ja glükosiidi amügdaliini.

Külmast näpistatud marjad on maitselt magusamad.

Kasutatakse esmajoones kui polüvitamiinset marja peamiselt teena, võttes 2—5 grammi droogi korraga. Soodustab neerude tegevust, avaldab ravivat toimet köha ja maokatarri puhul.

Varem valmistati hariliku pihlaka marjadest õunhappe-raua-ekstrakti — *extractum Ferri pomati*, mida tarvitati kehvveresuse ravimisel.

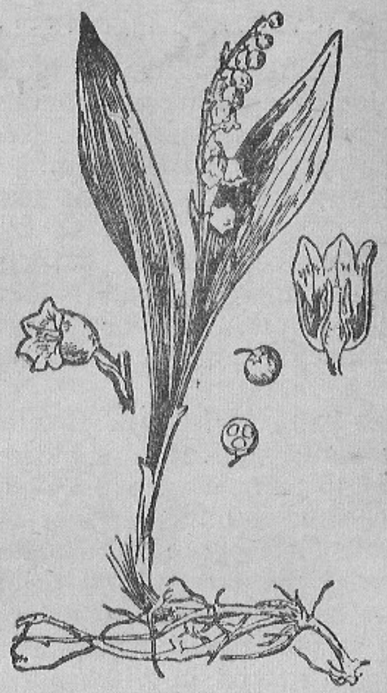
Hariliku pihlaka marju kasutatakse ka likööri- ja veinitööstuses ning keediste valmistamiseks.

78. Piibeleht, maikelluke — *Convallaria majalis* L., *Liliaceae*.

Jaanikellukesed, jänesekõrv, karihain, karjakelluke, kitsekeeled, kitsekõrvalehed, käokeel, kirikärä', lehmakeel, mairoos, piibelill, tedremari, uuehaavarohi, viinalill, vilvallikas jne.

Ландыш майский.

Piibeleht kasvab niisketel niitudel, segametsades, parkides, võsastikes, põõsastes, ilutaimena ka aedades. Ta on



mitmeaastane rohttaim, 10—20 cm kõrge, võsunditaoline juurikaga, millest arenevad külgharud. Lehed on elliptilised või elliptilissüstjad, noorelt alusel pikaks tupeks keerdunud, kaarroodsed; lehtede keskelt kerkib lehtedeta õieraag, mille otsas on ühekülgne kobar 5—8 õiega. Õied on lumivalged, harva servast roosakate joontega, lõhnavad, enamasti 6 tipmega; tolmukad õiekattes, tolmukaniidid väga lühikesed, tolmukapead kollakad; sigimik kolmepesaline, emakakael lühike ja jäme. Vili — erepunane mari, 2—6 seemnega. Õitseb mais ja juunis, marjad valmivad septembris ja oktoobris. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Kuulub tugevatoimeliste taimede hulka. Ravimina on praegu lubatud kasutada taime kogu maapealset osa, ürti — *herba Convallariae majalis*. Eriotstarbeks kogutakse ka piibelehe õisi — *flores Convallariae majalis* — ja noori lehti — *folia Convallariae majalis*.

Ürti kogutakse õitsemise algul, mais ja juunis, kui õied on vastpuhkenud ja valged, aga mitte veel koltunud.

Lehti kogutakse noorelt, enne taime õitsemist.

Õied ühes õisikuraoga lõigatakse ja nopitakse üksikult

(I sort) või lõigatakse raag õisiku lähedalt maha (II sort). Õied asetatakse õhukese kihina vaheldumisi lehtedega ja kuivatatakse varjulises tuuletõmbuselises kohas.

Ürt võib niiskust sisaldada kuni 14%, õisikuid kuni 5%, purunenud osi kuni 3%, loomuliku värvuse kaotanud osi kuni 5%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt. Õied võivad sisaldada niiskust kuni 12%, õisikuid pruunide õitega alla 5%, õisikuraage pikkusega üle 3 cm (arvates viimasest õiest) kuni 4%, muid lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab kuni 0,3% südameglükosiide, peamiselt konvallasiidi ja konvallatoksiini, ka konvallatoksooli ja lokundjosiidi, saponiini konvallariini, eeterliku õli jälgi (maikellukese lõhn!), asparagiini, suhkrut, tärklist, viin- ja sidrunhapet.

Piibelehedroog on südametegevust korrastav vahend, mida kasutatakse vastavalt arsti ettekirjutusele. Droogi toime südamesse — bioloogiline aktiivsus — peab olema kindlaks määratud, nimelt sisaldab 1 gramm kuiva droogi 120 konnaühikut[1]. Rahvameditsiinis kasutatakse piibelehe keedist palaviku puhul ja silmakompressina. Seespidiselt tarvitamisel on vaja ettevaatust, sest piibeleht on mürgine.

Piibelehedroogist valmistatud ravimid: 1) alkoholiootis — piibelehe- ehk maikellukesetilgad; 2) südametilgad — piibelehe- ja palderjanitilkade segu; 3) konvasiid tilkadena; 4) konvallatoksiin; 5) korglükoon. Konvasiidi, konvallatoksiini ja korglükooni kasutatakse ka süstimiseks, kuid ainult arsti korraldusele vastavalt.

79. Pohl, palukas — *Rhododoccum vitis-idaea* (L.) Avr. (*Vaccinium vitis-idaea* L.), *Vacciniaceae*.

Paalukad, palohk, paluk, palukmari, pohlakad, poholgad, poolad, poolgad, puhulgad, puõlgas jne.

Брусника.

Pohl on madal, kuni 30 cm kõrge puhmas, kasvab palu- ja männimetsades, rabaservadel ja liivikutel. Vars on püs-

[1] Konnaühik — südameglükosiidide toimeühik, mis on konnadel katsetamise teel rahvusvaheliselt kindlaks määratud. See on kõige väiksem preparaadihulk, mis konna lümfipauna viiduna kutsub 1 tunni jooksul enamikul katseloomadel esile süstoolse südameseisaku.

tine, oksine, sagedasti lamav, võsunditega. Lehed igihaljad, nahkjad, elliptilised või äraspidimunajad, pealt tumerohelised, läikivad, alt valkjamad, läiketud. Õied kruusjad, nelja tipmega, valged või punakad, enamasti mitmeõielistes kobarates. Vili — mari, toorelt rohekasvalge, valminult helepunane valkjate laikudega, hapukasmagus. Õitseb mais ja juunis, vahel ka hiljem. Marjad valmivad septembris. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina on kasutatud apteekides pohla lehti — *folia Vitis idaeae*.

Lehti kogutakse roobitsedes kohe pärast lume sulamist, sest lumealused lehed ei lähe kuivatamisel nii kergesti mustaks, nagu seda sageli juhtub õitsemise ajal kogutud lehtedega. Lehti kuivatatakse soojas pimendatud ruumis.

Kuivanud terved lehed on loomuliku värvusega, lõhnata, kootava maitsega. Lubatud on niiskust kuni 13%, tuhajääk kuni 10%, pruuniks ja mustaks läinud lehti alla 15%, muid taimeosi kuni 1%, peenestunud lehti alla 2%.

Lehed sisaldavad parkaineid (15%), arbutiini (7%), flavonoolglükosiide, hüdrokinooni, viinhapet, C-vitamiini.

Kasutati kuseteede haiguste puhul diureetikumina. Rahvameditsiinis on tarvitatud uriinieritust soodustava

vahendina ja reuma raviks, peamiselt teena või keedisena. Teeks võetakse 20 grammi peenestatud lehti 1 klaasi keeva vee kohta, keedetakse 10—15 minutit, lastakse jahtuda ja kurnatakse. Teed võetakse 3 või 4 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga.

Ka pohlamarju on rahvameditsiinis kasutatud reuma ja liigesepõletiku puhul. Marjad on talvisel ajal vitamiinirikkaks toiduks.

Marjad sisaldavad kuni 10% suhkruid, 2% orgaanilisi happeid (sidrun-, õun-, oblik-, bensoe- jt. happeid), glükosiidi vaktsiniini jt. Vaktsiniin on bensoehappe glükosiid. Bensoehape on antiseptiliste omadustega. Selle tõttu säilivad pohlad, samuti ka pohladest valmistatud hoidised hästi.

80. Aedporgand — *Daucus sativus* (Hoffm.) Roehling, *Umbelliferae*.

Moorijuured, porkan, porkna', põrgen, põrkan jne.

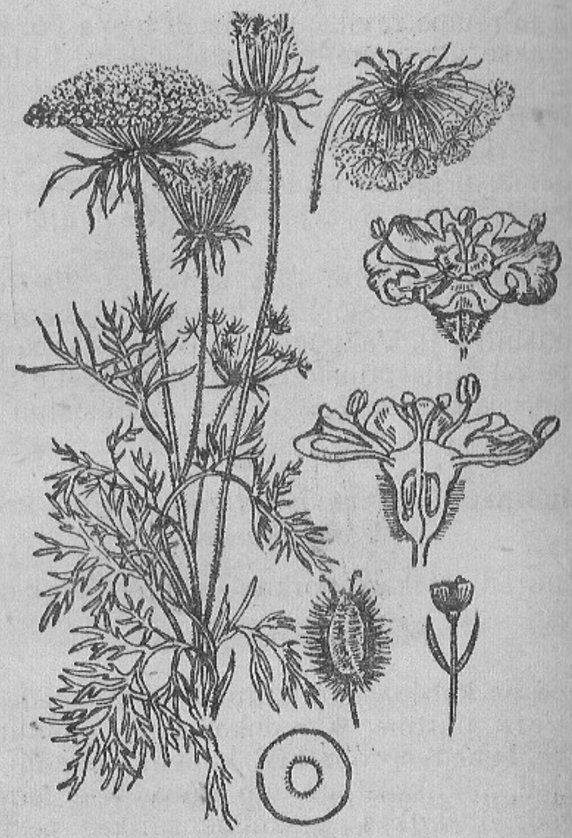
Морковь посевная.

Aedporgand on kaheaastane kultuurtaim, jämeda söödava juurega. Vars püstine, karedakarvane, sooniline, 30—90 cm kõrge. Lehed on rohelised, kaheli-, kolmeli- või isegi neljalisulgjad, pikliksüstjate või lineaalsete lehekestega. Õied valged, liitsarikas, keskmine sarikas pealt nõgus, linnupesa meenutav; katis ja osakatis mitmelehelised; kattelehed arvukad, suured, sulgjalt lõhestunud. Vili roietega, tihedalt kattunud rohkete ogadega. Õitseb juunis ja juulis.

Ravimiks peetakse aedporgandi vitamiiniderikast juurt ja sellest valmistatud mahla. Ravimite valmistamiseks kasutatakse ka porgandi vilju.

Porgand sisaldab 3—15% suhkruid, kuni 20 mg% karotiini, kuni 5 mg% C-vitamiini, kuni 0,16% B_1-vitamiini, kuni 0,05 mg% B_2-vitamiini, kuni 100 mg% P-vitamiini (flavonoidid), kuni 0,15 mg% pantoteenhapet (kõik andmed toorkaalu kohta), vähesel määral ka rasv- ja eeterlikku õli, antotsüanidiine ja kumariini derivaate. Valkja või roheka sisemise osaga porgandid on flavonoididest rikkamad.

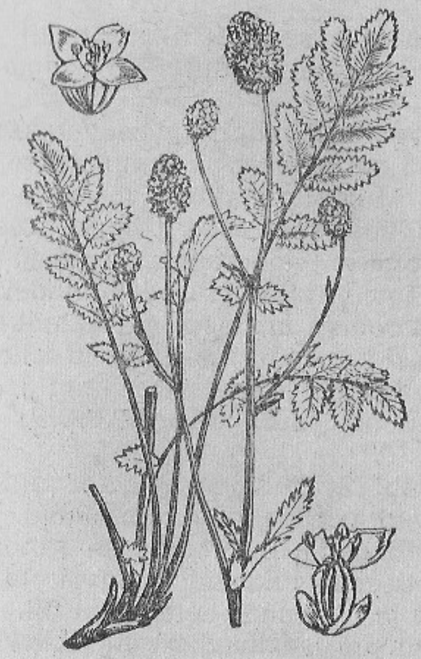
Porgandi seemned sisaldavad kuni 1,6% eeterlikku õli, rasvõli ja flavooni derivaate. Seemnetest isoleeritud fla-



vonoidide kompleks on kasutusel daukariini nime all. Daukariin on toimelt lähedane papaveriinile ja kellinile. Ta laiendab veresooni ja mõjub spastilise seisundi korral lõdvendavalt. Daukariini väljastatakse arstiretsepti alusel. Kasutatakse südame pärgarterite kroonilise puudulikkuse puhul. Võetakse 3 korda päevas enne söömist 1 tablett korraga. Ravi kestab 2—4 nädalat. Efekt areneb järk-järgult, ilmneb alles 3.—5. päeval.

Värske porgandimahla kasutamine soodustab soole ja kuseelundite tegevust.

Porgandit kasutatakse vitamiinidepuuduse korral. Rohke tarvitamine toiduks on kõigiti soovitatav. Porgand aitab reguleerida ka suhkrute ja rakusisest ainevahetust.



81. Ürt-punanupp — *Sanguisorba officinalis* L., *Rosaceae.*

Harilik punanupp, punapea, murupea, veripea, verirohi.

Кровохлебка аптечная, к. лекарственная.

Ürt-punanupp kasvab kohati niisketel aruniitudel, aasadel, võsastikes, puisniitudel. Õitsemise ajal paistab ta oma tumepunase, kõrgele tõusva nutiga kergesti silma. Taim on mitmeaastase tugeva tumepruuni juurikaga. Vars on veidi kandiline, 30—90 cm kõrge, ülal oksine. Juurmised lehed on rootsulised, sulgjad, 7—13 lehekesega, varrelehed aga väiksemad, lühema rootsuga; lehekesed on pikliksüdajad, servast saagjad või täkilised, pealt rohelised, alt valkjamad, tugevate roodudega. Õisik on piklikmunajas pruunikaspunane nutt paljude õitega. Õied mõlemasugulised — 4 tolmukat ja 1 emakas, tolmukapead mustjad; ülemised õied puhkevad varem. Õitseb juunist augustini. Kasvab Eesti NSV-s peamiselt mandri lääneosas. Näib täiesti puuduvat Saaremaal ja teistel Lääne-Eesti saartel ning Eesti ida- ja lõunaosas.

Ravimina kasutatakse ametlikult (meil Eestis harva) ürt-punanupu juurikaid ja juuri — *rhizoma et radix Sanguisorbae.*

Juurikaid kogutakse sügisel; kaevatakse ring ümber taime, umbes 15 cm varrest, ja tõmmatakse juurikas koos juurtega välja. Muld raputatakse maha ja juurikaid pestakse jooksvas vees. Lastakse päikese käes närbuda ja seejärel kuivatatakse temperatuuril kuni 40 °C.

Droogiks on tumepruunid, murdekohtadel kollakad, lõhnata, tugevalt kootava maitsega juurikatükid. Droog võib sisaldada niiskust kuni 13%, purunenud taimeosi, mis läbivad 2 mm² suuruste avadega sõela, kuni 5%, murdekohas mustaks muutunud juurikaid alla 10%; tuha üldjääk kuni 12%.

Droog sisaldab 12—20% parkaineid, millest valdavama osa moodustavad pürogallooli derivaadid, kuid esinevad ka gallus- ja ellaaghape. Droogis on saponiine (2—4%), tundmata koostisega glükosiidi sangvisorbiini (1%), tärklist, värvaineid ja jälgedena eeterlikku õli.

Ürt-punanupu juurika keedist ja vedelekstrakti tarvitatakse kootava ja verejooksu tõkestava vahendina kõhulahtisuse, vereköhimise ja mõnikord ka emakaverejooksu puhul. Keedise valmistamiseks võetakse 1 supilusikatäis peenestatud juurikaid, valatakse peale klaasitäis keeva vett, keedetakse 30 minutit, jahutatakse ja kurnatakse. Seda keedist võetakse 5 või 6 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga.

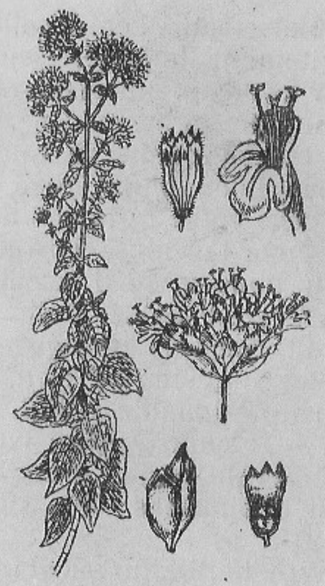
Ürt-punanupu juurikast on valmistatud kuivekstrakti sisaldav preparaat — tabletid s o r b e k s (*Sorbex*), mida tarvitatakse samal otstarbel (3 või 4 korda päevas, 1 tablett korraga).

82. Harilik pune — *Origanum vulgare* L., *Labiatae.*

Haisulill, maa-aluserohi, mesihain, ninn, rootsipuned, taarirohud, unerohi, verirohi, vorstipune.

Душица обыкновенная.

Harilik pune kasvab puis-aruniitudel, peamiselt põõsastes, hõredates metsades seljakutel, kuivades võsastikes, põõsastikuga kattunud kangrutel, raiesmikel, tarade ääres. Pune on mitmeaastane rohttaim tugeva aromaatse lõhnaga. Vars on püstine, alt lihtne, ülalt oksine, 20—50 cm



kõrge, ladvas veidi karvane. Lehed rootsulised, piklikmunajad, lühikarvased või peaaegu paljad, nõrgalt hambulised, alt valkjamad. Õied võidunud-helepunakad, väga harva valkjad, veidi kahehuulelised; tupp viiehambaline, väljast paljas, neelus pikakarvane; õisik piklik või pealt lameda pöörisena. Õitseb juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimiks on puneme ürt — *herba Origani vulgaris.* Praegu tarvitatakse seda apteekides siiski vähe.

Kogutakse õitsemise ajal, murdes või lõigates taime ülemise osa õite ja lehtedega. Ürt kuivatatakse tuuletõmbuses puhtas ruumis õhukese kihina, taimi sageli pöörates. Pärast kuivamist hõõrutakse lehed ja õied varte küljest lahti ja eraldatakse sõeludes varred, teiste taimede osad ja mineraalsed lisandid.

Droog koosneb rohelistest lehtedest ja helepunakatest õitest vähese taimelatvade lisandiga. On aromaatse lõhnaga, mõru ja veidi kootava maitsega. Niiskust võib sisaldada kuni 12%, osalt tumenenud lehti ja õisi alla 7%, peenikesi varreosi kuni 5%, purunenud osi, mis läbivad sõela 2 mm² suuruste avadega, mitte üle 5%.

Droog sisaldab kuni 1,2% eeterlikku õli. Eeterlik õli sisaldab kuni 44% fenoole — tümooli ja karvakrooli, kuni 12,5% seskviterpeene, kuni 15,4% vabu terpeenalkohole,

kuni 5% geranüülatsetaati. Peale selle sisaldab droog parkaineid ja C-vitamiini, lehtedes isegi kuni 565 mg%.

Harilik pune on kesknärvisüsteemi rahustava toimega, suurendab seedeelundites ja bronhides sekretsiooni, tugevdab seedetrakti ja emaka toonust ja kontraktsioone.

Kasutatakse teena köha puhul röga lahtistamiseks ja astma ravimisel. Teeks võtta 2 grammi droogi ½—1 klaasi keeva vee kohta. Juua tarviduse korral kas kuumalt või jahtunult. Hariliku puneme teed kasutatakse sooletegevuse ergutamiseks, seedemahla hulga suurendamiseks, samuti ka (palavalt) maksa- ja higistamisteena. Rahvameditsiinis tarvitatakse reuma ja menstruatsioonihäirete, eriti valuliste menstruatsioonide puhul. Lehtedest eraldatud eeterlikku õli — *oleum Origani vulgaris* — kasutati varem edukalt hambavalu korral. Praegu kasutatakse seda õli puhta tümooli tootmiseks. Õli sisaldab kuni 17% tümooli.

Kohati tarvitatakse harilikku punet maitseainena, eriti vorstirohu asemel, — annab vorstile meeldiva maitse. Puneme õisi ja lehti lisatakse ka lihasuppidele maitseks.

83. Harilik päevalill — *Helianthus annuus* L., *Compositae*.

Päevaketas, päevaroos, sihvka, tulelill.

Подсолнечник однолетний.

Harilik päevalill on hästi tuntud kultuurtaim, mida kasvatatakse aedades ja põldudel. Ta on üheaastane taim, 60—200 cm kõrge. Vars on tugev, säsikas, püstine, enamasti lihtne, 3—5 cm jäme. Lehed suured, vahelduvad, rootsulised, südajad, teritunud tipuga, täkilissaagja servaga, mõlemalt küljelt karedakarvased. Keelõied steriilsed, kuldkollased, kuni 2 cm laiad, 6—10 cm pikad; putkõied mõlemasugulised, pruunid. Korvõisikud suured, 10—30 cm laiad, longus, üksikult või ka mitmena varre otsas. Õiepõhi lame või kumer. Seemned äraspidimunajad, 7,5—15 mm pikad, 3,5—9 mm laiad, tihedalt karvased, vahel ka sametkarvased, noorelt valkjad, valminult mustjad, valkjate või hõbehallide triipudega. Õitseb augustist septembrini. Esineb kultuurtaimena kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse päevalille keelõisi — *flores Helianthi annui* — ja lehti — *folia Helianthi annui*. Peamiselt kasvatatakse päevalille selleks, et saada valminud seemnest rasvõli — *oleum Helianthi annui*, mida tarvitatakse nii ravimina kui ka toiduõlina.

Päevalille keelõisi kogutakse õitsemise algul, noppides neid korvõisikust. Samal ajal kogutakse ka terveid ja rikkumata lehti. Kõige otstarbekam on neid koguda silo valmistamise eel. Kogutud taimeosad kuivatatakse tuuletõmbuses.

Päevalille õied sisaldavad koliini, solanthapet, triterpenoide arnidiooli ja faradiooli, flavooni derivaate (kvertsimeetriin), karotiini ja teisi tetraterpenoide:

Päevalille lehed sisaldavad 11 mg% karotiini, 0,6% kautšukit, 3% vaiku, flavooni derivaate.

Päevalille seemned sisaldavad kuni 40% rasvõli. Õli koosneb peamiselt oleiin- ja linoolhappe glütseriididest.

Päevalilleõli tarvitatakse dieettoiduna maksa- ja sapipõiehaiguste, samuti ka maokasvaja ravimisel. Rahvameditsiinis on päevalilleõli olnud ravivahendiks sapikivide, skrofuloosi ja palaviku puhul. Õite servmistest kroonlehtedest, keelõitest, koos niisama suure koguse lehtedega, valmistatakse alkoholleotist isupuuduse ravimiseks.

84. Harilik pärn — *Tilia cordata* Mill., *Tiliaceae.*

Lehmus, lõhmus, lõõmus, neimpuu, niinepuu, pähn, talipärn jne.

Липа мелколистная.

Harilik pärn kasvab puisniitudel, paekaldal ja selle alusel, aluspuistuna salumetsades, istutatuna parkides ja elamute ümbruses. Ta on kuni 25 m kõrgune puu; koor on vanadel puudel vaoline, noorematel sile, hallikasroheline, võrsetel punakas või pruun, paljas või hõredalt karvane. Lehed 6—8 cm pikad, ümardunult südajad, alusel veidi ebasümmeetrilised, otsast teritunud, peenehambalise servaga, paljad, pealt tumerohelised, alt sinakasrohelised, roodude nurkades roostepruunide karvatuttidega. Õied valkjaskollased, 4—6 mm pikad, 3—6-õielistes püstistes õisikutes, õisikuraagudel lai tiibjas katteleht, 4—8 cm pikk; tupplehed teritunud; tolmukaid palju, mõned neist alusel kimpudena kokku kasvanud. Vili — pähklike, pealt sile, nõrgalt märgatavate roietega; viljad varisevad ühes suure

kattelehega. Õitseb juulist augustini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse õisikuid — *flores Tiliae*, mida kogutakse harilikult pärnalt, aga ka suurelehiselt pärnalt.

Kogumine toimub õitsemise ajal, juulis. Et õitsemisaeg on lühike, 10—15 päeva, peab kogumiseks valima aja, mil õied on äsja puhkenud ja alles täiesti värsked. Kogutakse kas otse puudelt pukkredelite abil või lõigates suuremalt puudelt pikavarreliste aednikukääridega õisi kandvate oksate tipud ja noppides neilt õied. Üldiselt ei tohi aga puid palju vigastada, eriti siis, kui õisi kogutakse linnade puiesteedelt.[1] Õied tuleb kohe asetada õhukese kihina tuuletõmbuselisse varjulisse kohta kuivama. Kuivatatud droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat.

Droog, mille moodustavad terved õisikud koos nahkja kattelehega, on loomuliku helekollaka värvusega, meeldiva lõhnaga, kergelt kootava magusavõitu maitsega. Droogis tohib niiskust olla kuni 13%, pruune õisi ühes kattelehega kuni 4%, äraõitsenud õisi viljadega alla 3%, pudenenud õisi kattelehega kuni 15%, kahjurite poolt vigastatud ja roosteplekkidega õisi mitte üle 2%.

Õied sisaldavad hesperidiini (flavoonglükosiid), tiliatsiini (tundmata struktuuriga glükosiid), mingit higileajavat glükosiidi, saponiini, lima, parkaineid, C-vitamiini, karoteeni, vähesel määral eeterlikku õli, mille peamiseks koostisosaks on farnesool.

Pärnaõied on ammutuntud rahvaravim kuuma teena higileajava vahendina külmetuste ja köha puhul; on kasutatud ka neerude tegevuse ergutamiseks. Pärnatee auru hingatakse sisse hingamisteede haiguste puhul, teed kasutatakse kuristamiseks ja suuõõne loputamiseks angiini korral. Tee valmistamiseks võetakse 1 supilusikatäis peeneks lõigatud õisi 1 klaasitäie keeva vee kohta, lastakse 30 minutit tõmbuda ja kurnatakse. Juuakse 1—2 klaasitäit korraga. Kuristamiseks soovitatakse samale teele lisada 1 teelusikatäis söögisoodat. Higileajavaks teeks võetakse pärnaõisi ja vaarikaid võrdses koguses, valatakse peale keeva vett (1 klaasitäis 1 supilusikatäie segu kohta) ja lastakse tõmbuda; juuakse kuumalt 3 või 4 korda päevas, ½ klaasi korraga.

[1] Tallinna Linna TSN Täitevkomitee on igal aastal andnud apteekidele loa pärnaõite kogumiseks linna puiesteedelt ja parkidest.

Varem kasutati ravimina pärna puidust saadud söepulbrit — *carbo Tiliae*, sest see oli suure imamisvõimega. Erimenetlusel toodetud pärnasöepulki kasutavad kunstnikud söejooniste valmistamisel.

Suurelehine pärn — *Tilia platyphyllos* Scop., *Tiliaceae*.

Липа крупнолистная.

Nagu eespool öeldud, annab sama väärtusega droogi ka suurelehine pärn, mis kasvab meil peamiselt istutatult parkides, puiesteede ääres ja aedades. Erineb harilikust pärnast suuremate, kuni 10 cm pikkuste lehtede poolest, mis on alt valkjad, pehmekarvased; roodude nurkades valkjad karvatutid. Viljad kerajad, viltjalt karvased, enamasti 4 või 5 hästi märgatava pikiroidega. Õitseb 7—15 päeva varem kui harilik pärn.

85. Must pässik — *Inonotus obliquus* (Fr.) Pil. (*Polyporus nigricans* Fr.), *Polyporaceae*.

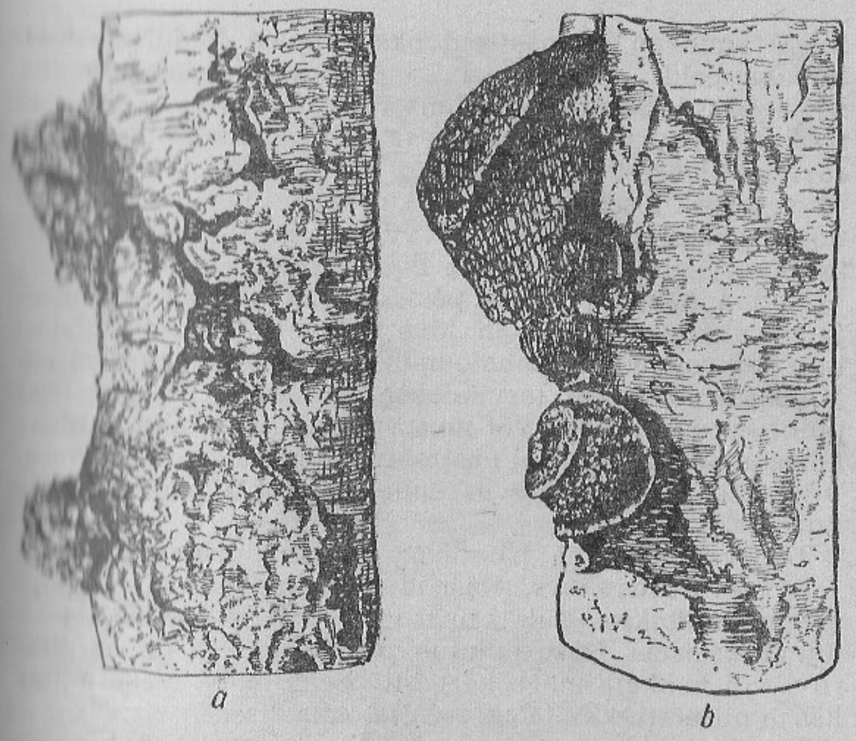
Kasekäsn, must kõbjas, must torik.

Чага.

Kase tüvel arenevad seene korrapärase viljakeha (käsna) asemel ebakorrapärase kujuga, mõne sentimeetri kuni poole meetri suurused torukeste ja eosteta moodustised, mille välispind on must, krobeline, suuremate ja väiksemate lõhedega. Murdmisel laguneb väline kiht kergesti tükkideks. Seeneliha väga kõva, tume-roostepruun, vastu väliskülge tumedam, ebaühtlane. Väga sage metsades, parkides, puisniitudel kasvavatel lehtpuudel, peamiselt kaskedel, aga ka pihlakatel, eriti tüve lõhedes. Esineb kogu aasta. Iseloomulikeks tunnusteks on must värvus, lõhestunud välispind ja väga kõva seeneliha.

Ravimina kasutatakse peamiselt kaskedel kasvavat musta pässikut. (Joonisel: *a* — arenemise algus, *b* — välja arenenud kuju.)

Koguda võib aasta läbi, kuid kevadel ja sügisel kogutud droog on siiski tugevama toimega. Kogutakse kas kasvavatelt või mahasaetud puudelt, kuid mitte kuivanud ja kõdunenud tüvedelt, sest neilt saadud pässik on kergesti pudenev ega kõlba ravimiks. Pässik eraldatakse tüvelt või jämedamatelt okstelt kirve abil. Eemaldatakse kuiv puit-



a *b*

osa ja seesmine kollane või helepruun pehme osa. Ülejäänud, pinnalt must, krobeline ja lõhestunud osa raiutakse kuni 6 cm paksusteks tükkideks ning kuivatatakse sügisel ja talvel temperatuuril 50—60 °C, suvel aga tuuletõmbusega katusealuses võimalikult kiiresti. Hästi kuivatatud droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat. Tuleb hoiduda kogumast teisi liike.

Droogis võib niiskust olla kuni 12%, ekstraktiivaineid mitte alla 20%, puidu ja koore pudenevaid osi kuni 5%, helepruuni või kollakat puist osa alla 25%; tuhajääk kuni 17%.

Musta pässiku keemilise koostise uurimisega on tegeldud juba ligi 100 aastat; eriti uuris seda Tartu ülikooli farmaatsiaprofessor J. G. Dragendorff, kes leidis sellest vees lahustuvaid värvaineid, millele aga tol ajal ei pööratud tähelepanu. Alles hiljuti huvitus mustast pässikust Leningradi Keemia-Farmaatsia Instituudi professor P. A. Jakimov ning selgitas, et nendes vees lahustuvates värvainetes on 20% kolloidseid aineid, mis hüdro-

lüüsil annavad aromaatseid oksühappeid (polüfenoolkarboonhappeid). Neid peetaksegi praegu toimeaineteks. Must pässik annab põletamisel 12,3% tuhka, milles on rohkesti mangaani. Võimalik, et ka mangaanil on oma osa raviefektis, sest ta on tuntud ensüümide aktivaatorina. Must pässik sisaldab veel vaiku, agaritsiinhapet, triterpenoidi inotodiooli jm. Eesti NSV-s on musta pässiku uurimisega tegelnud farmatseut Evald Keel Tallinnas.

Varem kasutati musta pässikut rahvameditsiinis mao- ja soolehaiguste ning vähktõve puhul. Praegu kasutatakse teda abivahendina pahaloomuliste kasvajate ravimisel. Viimaste ravimisel tarvitatakse ka musta pässiku teed pulbristatud droogist või musta pässiku ekstrakti, milleks lahustatakse 10 grammi ekstrakti 150 grammis leiges vees. Võetakse 3 korda päevas enne söömist 1 supilusikatäis korraga.

Tee valmistamine pässikust endast toimub järgmiselt.

Ettevalmistus. Käsnad pestakse keedetud sooja veega, valatakse peale samasugust vett ja jäetakse 4—5 tunniks seisma. Käsn muutub pehmemaks ja on hariliku riivi või hakkmasinaga kergesti peenestatav. Vesi, milles käsna niisutati, kasutatakse väljatõmmatiseks.

Ekstrakti valmistamine. Peenestatud käsnale valatakse eelnevalt keedetud ja kuni temperatuurini 50 °C jahutatud vett, 1 mahuosa käsna kohta 5 mahuosa vett. Kuumemat vett kasutada ei tohi. Jäetakse 48 tunniks seisma. Selle aja möödumisel valatakse vedelik käsnalt ära, jääk aga pressitakse läbi puhta riide või mitmekordse marli. Pressimisel saadud vedelik segatakse enne äravalatud vedelikuga. See ekstrakt on tarvitamiskõlblik 3—4 päeva jooksul.

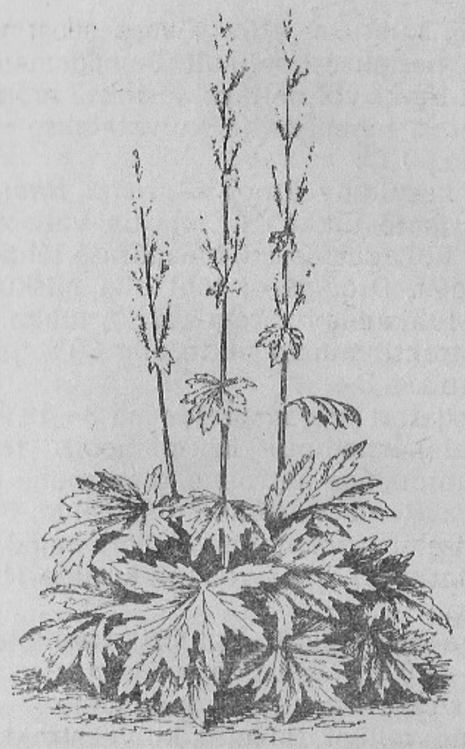
Kasutamine. Täiskasvanud joovad vähemalt 3 teeklaasitäit ööpäevas väikeste kogustena soovikohasel ajal.

86. Tanguudi rabarber — *Rheum palmatum* L. var. *tanguticum* Maxim., *Polygonaceae.*

Hiina rabarber, meditsiiniline rabarber.

Ревень тангутский.

Tanguudi rabarber on Hiinast pärinev, NSV Liidus kultiveeritav mitmeaastane rohttaim, 150—250 cm kõrgune, mitmepealise tugeva tumepruuni juurikaga (läbimõõt 5—



6 cm), millest lähtuvad suured lihavad juured. Juurmised lehed asuvad rosetina, on koos lehevarrega kuni 150 cm pikad, 5—7-hõlmalised, hõlmad teritunud ning ebaühtlaselt ja sügavalt lõhised. Leherootsud ümmargused, tihti punakad, kuni 30 cm pikad. Varrelehed vahelduvad, väiksemad, lühema varrega. Õied väikesed, koondunud suurteks, kuni 50 cm pikkusteks pööristeks. Õiekate 6 lehega, valkjasroosa või punane. Õitseb juunis.

Tanguudi rabarbri kultiveerimine on lihtne. Kasvab praktiliselt igasugusel viljakal pinnasel. Külvatakse kevadel võimalikult vara; reavahed 70 cm, külvinorm 8 kg hektarile. Külviread kaetakse kompostiga. Tõusmed ilmuvad 10—12 päeva pärast, eelidandatud seemnete korral 4—5 päeva pärast. Võib ka kasvatada taimi 1 aasta lavas ja järgmise aasta kevadel nad hästi vara põllule istutada. Parem on taimed ette kasvatada muldpottides ja sama aasta suvel välja istutada. Taimed lastakse põllul kasvada 3 või 4 aastat. Selle aja jooksul kobestatakse pidevalt reavahesid ja eemaldatakse kõplamise teel umbrohi, olenevalt vajadusest. Saak kogutakse augustis-septembris. Juured

kaevatakse või küntakse adraga maa seest välja (30 cm sügavuselt) ja pestakse hoolikalt. Jämedamad juured lõigatakse pikuti lõhki või neljaks, lastakse mõni päev hästi tuulduvas ruumis taheneda ja kuivatatakse siis temperatuuril mitte üle 60 °C.

Apteekides kasutatav droog — *radix Rhei* — koosneb juurte ja juurikate tükkidest, mis on välispinnalt tumepruunid, seest kollakasroosad, omapärase lõhna ja kootava mõrkja maitsega. Droogis ei tohi olla niiskust üle 12%. Põletamisel ei tohi anda rohkem kui 8% tuhka. Droog peab sisaldama ekstraktiivaineid mitte alla 33% ja antratseeni derivaate mitte alla 3,4%.

Tanguudi rabarbri juured sisaldavad 3—12% antratseeni derivaate: aaloe-emodiini, krüsofanooli, reumemodiini, füstsiooni, reiini, nende antroone, diantroone ja nende kui aglükoonide baasil moodustunud glükosiide; 6—12% parkaineid (peamiselt pürokatehhiini derivaadid, osaliselt ka gallushappe derivaadid), flavoonglükosiide (1,3% rutiini), tärklist ja lima.

Tanguudi rabarbri juurte pulbrit kasutatakse suurtes annustes (0,5—1,0 g) lahtistina, väikestes annustes (0,1—0,2 g) seedimise korrastamiseks, kinnistina.

Ravimvormid: pulber, tabletid, kuivekstrakt, siirup, tinktuurid veega (lahtisti) ja alkoholiga (kinnisti). Kuulub ka paljude liitpulbrite koostisse.

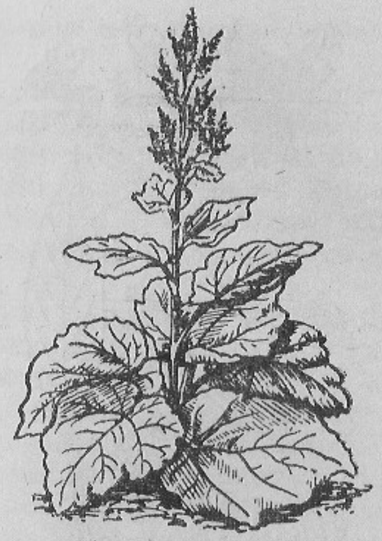
Tanguudi rabarbri kõik osad sisaldavad antratseeni derivaate. Seetõttu ei saa ka tanguudi rabarbri lehtede varsi kisselli ja mahla valmistamiseks kasutada (mõjub lahtistavalt).

Harilik rabarber — *Rheum rhaponticum* L., *Polygonaceae*.

Parba, parbal, parbar, parbariit, pasandusrohi, pirpar, rabarbar, rabarger.

Ревень черноморский.

Harilik rabarber kasvab meil ainult köögiviljaaedades kultiveeritavana. Ta on mitmeaastane taim, 100—160 cm kõrge, tugevate juurikatega. Vars on püstine, enamasti väheste okstega, õõnes. Alumised lehed kodarikuna; lehed on väga suured, kuni 50 cm laiad, südaja alusega, jämedate lihakate rootsudega, mis on alt renjad, pinnalt punakad, hapu maitsega; varrelehed vahelduvad, munajad;



kõik lehed pealt kurrulised, alt nõrgalt karvased. Õied väikesed, rohkearvulised, koondunud varte latva või varrelehtede kaenlasse pikkade ja laiade (kuni 50 cm läbimõõdus) pööristena; õiekate 6 lehega, neist sisemised suuremad, kollakasvalged; tolmukaid 9, emakasuudmeid 3. Vili kolmekandiline. Õitseb juunis ja juulis.

Hariliku rabarbri juurikat ja juuri kasutatakse analoogiliselt tanguudi rabarbriga. Droog — *radix Rhapontici* — on aga 3—4 korda nõrgema toimega. Sisaldab samuti antratseeni derivaate, aga ka glükosiidi rapontitsiini (5,5%). Viimase aglükoon on stilbeeni derivaat. Rapontitsiin on östrogeense toimega, ultraviolettvalguses tugeva sinise fluorestsentsiga. Fluorestseerivad ka preparaadid. Tanguudi rabarbri juurtel ei ole fluorestsentsi.

Kurdlehine rabarber — *Rheum rhabarbarum* L. (*Rh. undulatum* L.), *Polygonaceae*.

Ревень волнистый.

Kurdlehine rabarber on idapoolsest Siberist pärinev köögiviljataim. Erineb eelmistest kolmnurkjate, südaja alusega, pikalt teravneva tipuga tugevasti kurdunud lehtede poolest. Õiekatte osad helepruunid või kollakad. Õitseb mais ja juunis.

Juured sarnanevad koostiselt, välimuselt ja toimelt hariliku rabarbri juurtega.

87. Rass — *Cynoglossum officinale* L., *Boraginaceae*.

Koerakeel, koerakeelerohi, kräsmed, luuvalurohi, rabanduserohi, ressid, rässid, voolmerohi.

Чернокорень лекарственный.

Rass kasvab kaheaastase taimena liivastel ja kõrgetel karjamaadel, kruusakinkudel, teeäärtel, kõnnustutel. Vars on tugev, püstine, ülal oksine, kuni 60 cm kõrge. Lehed on süstjad, juurmised piklikmunajad, rootsulised, kuni 30 cm pikad, ülemised lühirootsulised või rootsutud, varreümbrised, kõik kattunud hallviltjate karvadega. Õied on punakasvioletsed, harva valkjad, lühiraolised, tupe tipmed laisüstjad. Vili — pähklike, kattunud haakjate ogadega. Õitseb juunist augustini. Esineb Eesti NSV-s kohati ja hõredalt.

Praegu rassi ravimina apteekides ei kasutata, varem aga on tarvitatud kogu taime, ürti — *herba Cynoglossi* — ja juurt — *radix Cynoglossi*.

Kogutakse kas õitsemise ajal taime maapealseid osi, enamasti varte ülemisi osi õisikuga, või hilissügisel

juurt; kogutud osad kuivatatakse vastavalt üldeeskirjadele.

Rassi ürt ja juured sisaldavad alkaloide. Eriti rikkad nende poolest on teise aasta taimed (ürt 1,59%, viljad 0,60%). Alkaloididest kõige tähtsam on tsünoglossiin — mürgine aine, mille toime sarnaneb kuraare toimega. Ürt sisaldab glükoalkaloidi konsolidiini, mõruainet, vaiku, kummiaineid, eeterlikku õli, juured ka inuliini ja parkaineid.

Rahvameditsiinis on rassi kasutatud kui valu ja krampe vaigistavat vahendit, ka mähistes furunkulite, põletushaavade ja maohammustuse korral. Tuleb aga siiski silmas pidada, et tegemist on mürgise taimega. Seetõttu teda praegu ei kasutata ega soovitata kasutada.

Kariloomad rassi ei söö, nähtavasti mürgisuse pärast. On täheldatud, et hiired ei talu värske rassi lõhna ja põgenevad majast, kuhu on toodud seda taime.

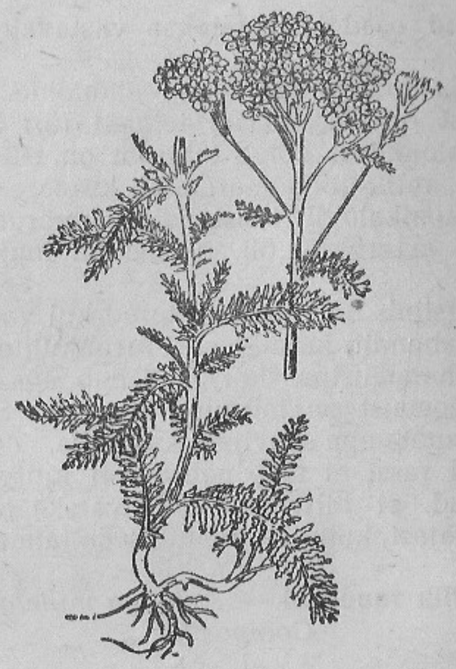
88. Harilik raudrohi — *Achillea millefolium* L., *Compositae*.

Kadakahein, kärnalill, raiarohud, raierauarohi, raishein, raudreiarohi, raudvererohi, raigrohi, taarirohud, tatrikuhein, tulihain, uuehaavarohi, vereurmjarohi, verihain, verilill.

Тысячелистник обыкновенный.

Harilik raudrohi kasvab niitudel, karjamaadel, võsades, metsades, kallastel, teeäärtel, põllupeenardel jne. Ta on mitmeaastane rohttaim tugeva juurega. Vars on 20—70 cm kõrge, püstine, lihtne, hästi lehistunud, kohati villkarvane. Lehed on kaheli- või kolmeli-sulglõhised, noorelt veidi villased, pärast hõredalt karvastunud; sulglehekesed piklik-süstjad, kahe- kuni viielõhesed. Keelõied valged, harva lillad või punakad, laiad, otsast ümardunud või sämpunud; neid on 3—6, kõige rohkem 10; putkõied kollakasvalged, 5 tipmega. Korvõisikud on väikesed, 4—5 mm laiad, varre ja okste otsas tiheda sarikpöörisena. Vili piklik, hõbehall, lendkarvadeta, servast veidi tiivuline. Õitseb maist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse peamiselt ürti — *herba Millefolii*, mõnikord aga ka ainult õisi — *flores Millefolii* — ja lehti — *folia Millefolii*.



Kui tahetakse ainult õisi, kogutakse taimede ladvad ja lõigatakse korvõisikud enne kuivatamist otse õiekorvi alt kääridega maha. Lehed kogutakse enne õisikurao tekkimist (mais, juunis). Kõige rohkem kasutatakse meil praegu siiski ürti. Seda kogutakse õitsemise ajal, peamiselt maisjuunis, lõigates ära taime ladvaosa umbes 15 cm pikkuselt. Kuivatatakse õhukese kihina tuuletõmbusega katusealuses või muus ruumis.

Droogi moodustavad kuivad taimeladvad koos lehtede ja õitega. Droogil on omapäraselt aromaatne lõhn ja mõru maitse. Niiskust tohib droogis olla kuni 13%, orgaanilisi lisandeid kuni 0,5%, mineraalaineid alla 1%; tuha üldjääk kuni 15%.

Droog sisaldab kuni 0,25% eeterlikku õli, milles on kuni 40% sinise värvusega hamasuleeni. Droogis ja preparaatides, mis ei ole saadud destillatsioonil, ei leidu vaba asuleeni. Asuleen tekib destillatsioonil amorfsest mõruainest ahhilliinist (proasuleen). Varem glükoalkaloidiks peetud mõru maitsega aine ahhilleiin osutus amiin betonitsiiniks. Siin esineb ka teisi amiine, nagu stahhüdriin jne.

Droog sisaldab veel flavonoide (luteoliin, apigeniin), parkaineid, vaiku, inuliini, karotiini, C-vitamiini ja tõenäoliselt ka K-vitamiini.

Raudrohtu on ammust ajast kasutatud mitmesuguste haiguste puhul, eriti seedetegevuse loiduse, nõrga söögiisu, puhituse ning maksa ja sapiteede krambitaoliste seisundite puhul. Peamiselt aga on teda tarvitatud teena verejooksude tõkestamiseks (ninast, kopsust, haavadest) ning hemorroidide ja ebakorrapäraste menstruatsioonide puhul. Nõukogude teadlased (Varlakov) on selgitanud, et droogil on vere hüübimist soodustav toime. Tee valmistamiseks võetakse 15 grammi ürti 1 klaasi keeva vee kohta ja lastakse tõmbuda. Teed võetakse 3 korda päevas enne söömist, 1 supilusikatäis korraga. Rahvameditsiinis on kasutatud harilikku raudrohtu köha vastu teena, mida juuakse suhkruta. Värskete lõikehaavade korral hõõrutakse puhas raudrohu leht käte vahel mahlaseks ja pannakse haavale.

Raudrohuürt kuulub mõruainena söögiisutee koostisse (vt. Koirohi).

89. Valge ristik — *Trifolium repens* L., *Papilionaceae*.

Jaanirohi, jäneseristikhein, lambaristikhein, muruhärjapea, tsäihain, upinhain, upininn, valge härjapea jne.

Клевер ползучий, к. белый.

Valge ristik kasvab niitudel, karjamaadel, teeäärtel, kraavikallastel, metsaservadel jne. Peavars on lühike, kuni 4 cm, külgmised võsud aga on kuni 30 cm pikad, lamavad, sõlmekohtadelt juurduvad, ladvast enamasti tõusvad. Lehed pikarootsulised, väikesed, lehekesed äraspidimunajad, servast saagjad, pealt rohelised, valkjama laiguga keskel; abilehed nahkjad, kilejad, valkjad. Õied valged, harva punakasvalged; nuttidena; nutid ulatuvad üle lehtede. Kogu taim enamasti paljas. Õitseb maist septembrini. Esineb üle kogu Eesti NSV sagedasti.

Varem kasutati apteekides ravimina valge ristiku õisi — *flores Trifolii albi*.

Ristikute õienutte kogutakse õitsemise ajal ja kuivatatakse tuuletõmbuselises varjualuses, jälgides, et nuttide värvus ei muutuks.

Droogi moodustavad terved või veidi lagunenud õie-

nutid loomuliku värvusega, meeldiva meelõhnaga, magusavõitu maitsega (mesineste sisalduse tõttu).

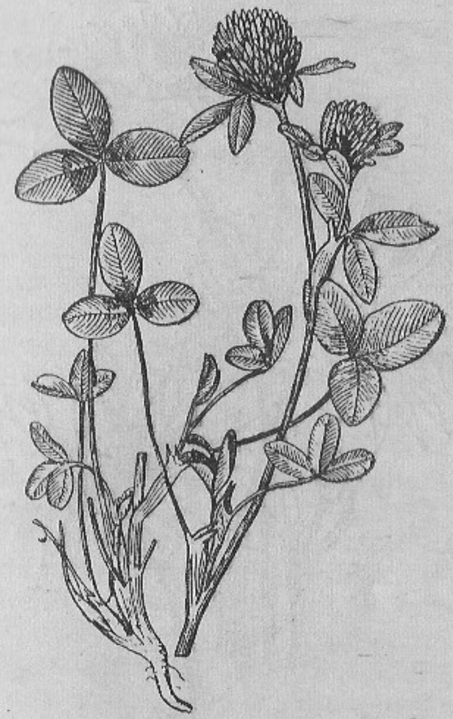
Sisaldab täpsemalt uurimata lõhnaaineid, eeterlikku õli, parkaineid; oletatakse ka C-vitamiini, karotiini ja flavonoidide sisaldust.

Rahvameditsiinis kasutatakse valget ristikut reuma, külmetushaiguste ja valgevooluse puhul. Välispidiselt tarvitatakse valge ristiku keedist hautisena paisetele, vahel koos sibulaga. Kasutatakse ka külmetusest tingitud mao- ja soolehaiguste korral nõrga kootava vahendina.

Aasristik — *Trifolium pratense* L., *Papilionaceae.*

Härjahein, härjakellad, härjapea, kolmleht, meelill, mesinupud, mesitsäuk, põldristik, risthain, ristikhein, varsikollinupud jne.

Клевер луговой, к. красный.



Aasristik kasvab kuivadel ja ka niisketel niitudel, karjamaadel, võsastikes ja mujal õige sagedasti. Tal on tugevad juured paljude külgjuurtega. Vars on püstine või tõusev, 15—20 cm kõrge. Lehed kolmetised, pealt heleroheliseed, punakaspruuni laiguga keskel; juurmised lehed sagedasti kodarikuna, pikarootsulised; varrelehed lühirootsulised või rootsutud; abilehed munajad, muutuvad järsult pikaks peenikeseks tipuks. Õiekroon liblikjas, putkjas, õied verevad, punased, harva valkjad, suure tiheda nutina; tupp 10 rooga. Kogu taim veidi karvane. Õitseb juunist septembrini. Kasvab Eesti NSV-s kõikjal ja on häs i tuntud.

Ka aasristiku õied — *flores Trifolii rubri* — on varem olnud kasutamisel, kuigi harvemini. Võib arvata, et aasristiku koostisained on lähedased valge ristiku koostisainetele.

90. Rukkilill — *Centaurea cyanus* L., *Compositae*.

Harjakas, kanaätses, nisusinilill, rugilill, rukkiharjakas, rukkikannid, rukkisinine, rüälill, rüäninn, sinikellud, sinipea, siniõied, siniätsed jne.

Василек синий.

Rukkilill kasvab umbrohuna talirukkis ja -nisus, harvemini teistes viljades, prahipaikadel, veskite ümbruses. Ta on üheaastane rohttaim, mis talvitub idandina või noortaimena. Vars püstine, 20—70 cm kõrge, enamasti oksine, kandiline, võrkjalt villane, üksikute lehtedega. Lehed süstjad, peamiselt varrel; juurmised lehed on sulglõhised, rootsulised, alumised varrelehed eemaldunud hammastega. Õied sinised, peamiselt just servmised õied, harva ka valkjad; servmised õied kellukjad, 5—7 tipmega, sise-

mised õied putkjad, violetsed. Korvõisikud kuni 3 cm läbimõõdus, üksikult varre otsas, samuti ka okste otsas; üldkatte lehed munajad, hästi liibunud, enam-vähem rohelised. Vili 3—3,5 mm pikk, lühikeste lendkarvadega ülemisel otsal. Õitseb juunist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Rukkililledroogi praegu apteekides ei tarvitata. Ravimina on kasutamisel korvõisikute servmised sinised kroonlehed — *flores Cyani sine calycibus*.

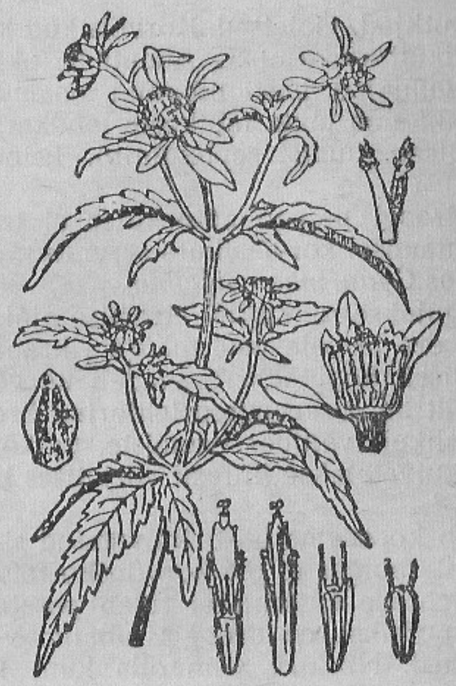
Droogi kogutakse rukkilille õitsemise ajal, kui õite värvus on hästi ere ja pole veel märgata kroonlehtede närtsimist. Tavaliselt kogutakse taimedelt korvõisikud ja siis nopitakse neilt kohe servmised lehterjad kroonlehed, seejuures võimalikult vältides sisemiste, putkõite katkumist. Kroonlehed kuivatatakse kiiresti varjulises kohas õhukese kihina.

Droog peab koosnema hästi kuivatatud sinistest kroonlehtedest, mille hulgas ei ole korvõisiku teisi osi. Et servmiste kroonlehtede katkumisel tuleb paratamatult hulka ka sisemisi, putkõisi, on droogis lubatud viimaseid kuni 40% üldkaalust. Niiskust võib olla kuni 14% (suurema niiskuse juures kroonlehed kleepuvad kokku ja nende värvus muutub), värvuse kaotanud kroonlehti alla 6%, korvõisiku teisi osi kuni 1%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab antotsüaane (värvaineid) tsüaniini ja pelargoniinkloriidi, mõruglükosiidi tsentauriini ehk knitsiini, glükosiidi tsikoriini jt.

Rukkililledroogi kasutatakse peamiselt uriinierituse suurendamiseks kas puhtalt või segus teiste droogidega (rukkililleõisi ja lagritsajuurt kumbagi 1 osa, leesikalehti 3 osa). Puhtalt võetakse 1 teelusikatäis peeneks lõigatud droogi 1 klaasi kuuma vee kohta, lastakse tõmbuda, jahutatakse, kurnatakse ja juuakse ¼ klaasi 20 minutit enne söömist.

Rukkilille õisi on kasutatud ka ruumide suitsutamiseks, silmaloputusvee valmistamiseks, silmale mähisteks. Droog suurendab ka sapi eritumist. Väga palju kasutatakse seda lihtsalt teesegude nägusamaks muutmiseks.



91. Kolmisruse — *Bidens tripartitus* L., *Compositae.*

Haavarohi, käbihein, ojakollad, pistirohi, porirohi, rojakollad, ruskmerohi, sarvelill, soehamba', taki', tigaseohak.

Череда трехраздельная.

Kolmisruse kasvab tiigi- ja kraavikallastel, lompides, niisketel prahipaikadel, paiguti ka niisketel põldudel, soostunud kohtadel. Ta on üheaastane rohttaim nõrkade juurtega. Vars püstine, väga oksine, sagedasti pruunikaspunane, paljas või ka udemeline. Lehed tumerohelised, vastakud, ahenevad tiivuliseks rootsuks, enamasti kolme- või viiejagused, munajate või süstjate tipmetega; keskmine leheosa enamasti teistest suurem ja pikem. Õied pruunikaskollased. Korvõisikud püstised, kuni 1 cm läbimõõdus, enamasti ainult putkõitega, harva ka mõne üksiku keelõiega. Vili paljas, kokku surutud, seljal ja küljekantidel tagaspidi ogadega, 2 või 3 kidaja ohtega. Õitseb juulist septembrini. Eesti NSV-s esineb üle kogu maa.

Ravimiks kasutatakse kolmisruskme lehti ja latvu ilma õiteta — *herba Bidentis tripartiti.*

Kogutakse enne õitsemist, juunis ja juulis, lehti ja noori latvu ning kuivatatakse nad õhukese koheda kihina tuuletõmbusega katusealustes (lakas, pööningul).

Droog peab olema tumeroheline; lõhn on omapärane ja tugevneb lehtede hõõrumisel; maitse kootav, kergelt terav, kibe. Latvu pikkusega üle 15 cm tohib droogis olla kuni 1%, puhkenud korvõisikuid alla 3%, jämedaid varsi läbimõõduga üle 3 mm kuni 6%, koltunud ja pruunistunud lehti mitte üle 5%. Põletamisel võib tuhka jääda kuni 10%.

Droog sisaldab rohkesti karotiini, flavonoidi luteoliini ja tema glükosiidi, jälgedena eeterlikku õli (0,11%), parkaineid (2,05%), C-vitamiini, lima, mõruaineid.

Ürti kasutatakse vannideks, eriti lasteravis diateeside puhul, seespidiselt uriinieritust soodustava vahendina ning mõruainena söögiisu tõstmiseks. Veeni süstituna avaldab rahustavat toimet.

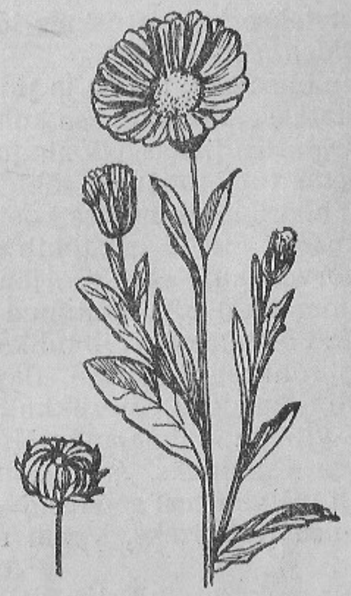
Rahvameditsiinis on kasutatud skrofuloosi (laste näärmetüsikuse) ravimisel, peamiselt teena. Teeks võetakse 4 supilusikatäit peeneks hõõrutud droogi 1 liitri keeva vee kohta ja lastakse öö läbi tõmbuda; juuakse 1—2 klaasi päevas.

92. Harilik saialill — *Calendula officinalis* L., *Compositae.*

Hanikõri, hauihammas, hundihammas, jäärasarved, kassiküüned, kollased roosid, kringlilill, kulliküüned, küütselill, päevakollased, rõngasroos, saiapätid, sikusarved jne.

Ноготки лекарственные.

Saialill kasvab peamiselt iluaedades ja metsistunult nende läheduses. Ta on üheaastane rohttaim. Vars on püstine, harva alusel tõusev, ülalt oksine, 30—50 cm kõrge, sagedasti üleni lehistunud. Alumised lehed veidi mõlajad, pika rootsuga, otsast teritunud, ülemised lehed pikliksüstjad, äraspidimunajad, enamasti lühirootsulised või rootsutud, terveservalised või eemaldunult hambulised, hõredalt pehmekarvased, vahel servast ripsmelised, helerohelised. Õied ruuge- või rebukollased, veidi paberjad; keelõied 15—20 mm pikad; korvõisikud pikaraolised, pärast õitsemist püstised, 2—5 cm laiad; kattelehed süstjad, naaskel-



jalt teritunud, karvastunud. Viljad kõverdunud, kringeljad, kuivanult veidi nõgusad, seljal kattunud ogajate liistmetega. Õitseb juunist septembrini.

Ravimina on kasutatud peamiselt saialille õisi — *flores Calendulae*. Praegu tarvitatakse taime korvõisikuid õieraota või ka kuni 3 cm pikkuse raoga. Varem kasutati ainult servmisi kollaseid või ruugeid keelõisi, mis korvõisikust välja tõmmati. Droog on nõrga lõhna ja soolakasmõru maitsega.

Saialille korvõisikuid kogutakse juulist septembrini, lõigates neid varre otsast peaaegu korvõisiku alt. Kuivatatakse varjulises kohas. Droog võib sisaldada niiskust kuni 14%, korvõisikuid varisenud keelõitega kuni 20%, teisi osakesi õige vähe; üldine tuhajääk võib olla kuni 10%.

Droog sisaldab mitmesuguseid karotinoide (keelõites kuni 3%), 0,02% eeterlikku õli, triterpeenseid saponiine, vaiku (3,4%), lima (4%), arnidiooli ja faradiooli (triterpeendioolid), flavoonglükosiide (aglükooniks isoramnetiin), mõruainet jm. Kasutatakse peamiselt põletikuvastase vahendina. On ka fütontsiidsete omadustega (tugev toime strepto- ja stafülokokkidesse).

Saialilledroogi kasutatakse niihästi seespidiselt kui ka välispidiselt. Maksahaiguste puhul juuakse saialilledroogist valmistatud teed, et sapieritust soodustada. Tee ühekordseks annuseks võetakse 2—4 grammi droogi ½—1 klaasi keeva vee kohta. Vähktõve puhul tarvitatakse saialilledroogist valmistatud tablette, nn. KN-tablette (sisaldavad à 0,25 grammi saialille korvõisikute pulbrit ja 0,1 grammi nikotiinhapet) abivahendina, aga ainult arstiretsepti järgi. Kaferriidtablette kasutatakse ainult kehvveresuse ravimisel (sisaldavad saialilledroogi ja rauda). Veega lahjendatud alkoholleotised avaldavad soodsat mõju igemepõletikule, haavadele, paisetele, põletushaavadele. Alkoholleotist lisatakse ka kosmeetilisele salvile, mida kasutatakse ülemäärase päevitamise puhul saadud nahapõletiku raviks.

93. Aedsalvei — *Salvia officinalis* L., *Labiatae*.

Arstimise salvei, krossilehed, salverohi, salvirohi, säävled.

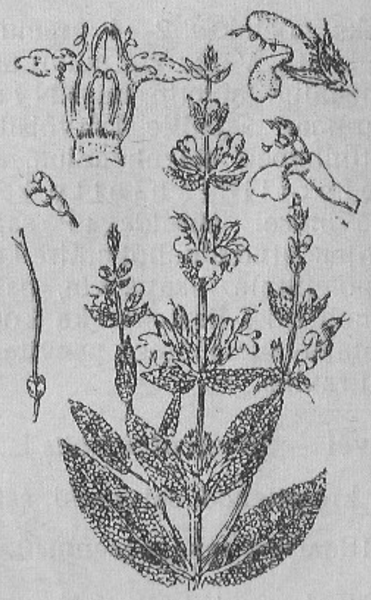
Шалфей лекарственный.

Aedsalvei Eesti NSV-s metsikult ei kasva ja teda kasvatatakse vaid ravimtaimena või ka köögiviljaaedades. Ta on külmaõrn, seetõttu tuleb ta talveks kinni katta. Paljuneb seemnetega. Seemned valmivad ka meie tingimustes ja idanevad hästi. Aedsalvei on mitmeaastane poolpõõsas, 30—60 cm kõrge. Vars on püstine või veidi tõusev; noored oksad ja lehed on hallviltjad. Lehed vastakud, rootsulised, pikliksüstjad, tömbid, servast täkilised, pealt tublisti kortsulised, veidi nahkjad. Õied kahehuulelised, sinised või violetsed, harva valged, kuni 1,5 cm pikad, ebamännastena lehtede kaenlas; tupplehed suured, kellukjad, tipmed ogateravad. Kobarjas õisik varre ladvas. Õitseb juunis ja juulis.

Ravimina kasutatakse aedsalvei lehti — *folia Salviae*, harvemini kogu maapealset osa — ürti.

Lehti kogutakse 2 või 3 korda suve jooksul, esimest korda enne õitsemist, viimast korda sügisel septembris. Suvel nopitakse käsitsi alumised lehed, sügisel lehed koos ladvaga. Kuivatatakse tuuletõmbuses või kuivatis madalal temperatuuril.

Droogiks on hallikasrohelised aromaatse lõhnaga, mõrkja kootava maitsega lehed. Droog võib niiskust sisaldada kuni 14%, mustaks ja pruuniks läinud lehti alla 5%, muid taimeosi (varsi, õisikuid) kuni 10%; tuhajääk mitte üle 12%.



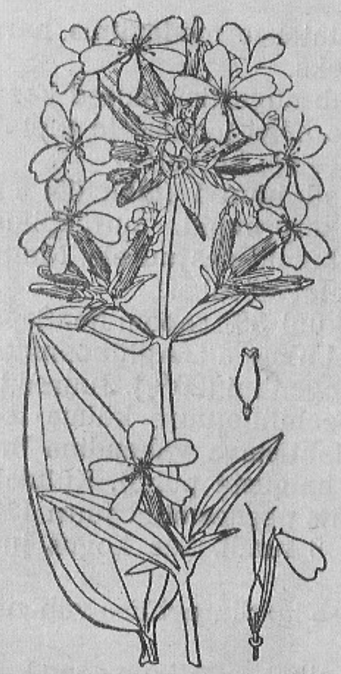
Droog sisaldab kuni 2,5% eeterlikku õli, mille olulisemaks koostisaineks on tsineool (15%) ja tujoon (50%), peale selle veel parkaineid, mõruaineid (pikrosalviin — antibiootilise toimega diterpeenlaktoon), triterpeene (ursool- ja oleanoolhape jt.) ning higi- ja piimanäärmete sekretsiooni pärssivaid tundmata aineid.

Kasutatakse esmajoones välispidiselt kootava ja desinfitseeriva vahendina kas puhtal kujul või segudes, peamiselt suuõõne ja kurgu loputamiseks. Valatakse 1 teelusikatäiele peenestatud lehtedele klaasitäis keeva vett, lastakse 20 minutit tõmbuda, jahutatakse ja kurnatakse.

Seespidiselt tarvitatakse kõhatee koostises ja teena tuberkuloosihaigete öise higistamise puhul, ka seedehäirete ning maksa- ja neeruhaiguste korral. Neeruhaiguste ravimisel tuleb kasutada väikeste annustena, et mitte esile kutsuda neerukudede liiga tugevat ärritust.

Värsked lehed on bakteritsiidse (pisikuid hävitava) toimega ja neid võib kasutada haavamädaniku puhul. Apteekides oli varem preparaatidena salveipiiritust ja salveiõli.

Et pesu omandaks värske, meeldiva lõhna, on salvei lehti pandud pesukappi pesu vahele või tilgutatud pesule salveiõli.



94. Harilik seebilill — *Saponaria officinalis* L., *Caryophyllaceae.*

Nalgid, nelgid, seebijuured, surnuaiaroosid, talinelgid, talvelehvkoi, talvemirdid, talvenelgid.

Мыльнянка лекарственная.

Harilik seebilill kasvab peamiselt aedades ilutaimena või metsistunult elamute ja kalmistute ümbruses. Ta on mitmeaastane taim, 30—70 cm kõrge, tugevate juurtega, mis kulgevad maa sees roomavate võsunditena, harunedes viljalisteks ja viljatuteks võsudeks. Vars on püstine või tõusev, lihtne või ülalt veidi oksine, udemeliselt karvastunud. Lehed vastakud, elliptilised või pikliksüstjad, mõlemast otsast ahenenud, teritunud, kolmeroolised, peaaegu paljad, servast karedad. Õied valged või roosakad, korrapärased, veidi lõhnavad, tipmistes ja lehekaenlasisestes tihedates õisikutes; kroonlehti 5, tupplehed putkjalt kokku kasvanud, viie tipmega; sigimik piklik, silinderjas, kupar ühepesaline. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kohati.

Ravimina on kasutatud seebilille juurt — *radix Sapona-*

riae; praegu kasutatakse meditsiinis harva, rohkem aga tehniliseks otstarbeks.

Kogumine toimub augustis; juured kaevatakse labidaga välja, puhastatakse hästi mullast ja pestakse vees. Kuivatatakse päikese käes või kuivatis.

Peened murduvad juured (läbimõõt umbes 6 mm) on välispinnalt punakaspruunid, murdepinnalt kollakasvalged. Külgvõsud liibunud peajuurele. Maitse algul magusavõitu, pärast kõrvetavalt kibe.

Droog sisaldab kuni 5% saponiine. Saponiinide segu on tuntud saporubriini nime all. Aglükoonidest tuntakse praeguseni ainult güpsogeniini (20%). Juured tärklist ei sisalda.

On kasutatud seebilillejuure külma leotist või keedist seespidiselt röga lahtistava vahendina bronhiitide ja hingamisteede teiste haiguste puhul. Külmaks leotiseks võetakse 1 teelusikatäis peenestatud juuri 1 klaasi külma vee kohta. Leotatakse 8 tundi. See kogus juuakse ära päeva jooksul.

Juuri kasutatakse ka diureetilise vahendina.

95. Harilik sibul — *Allium cepa* L., *Liliaceae.*

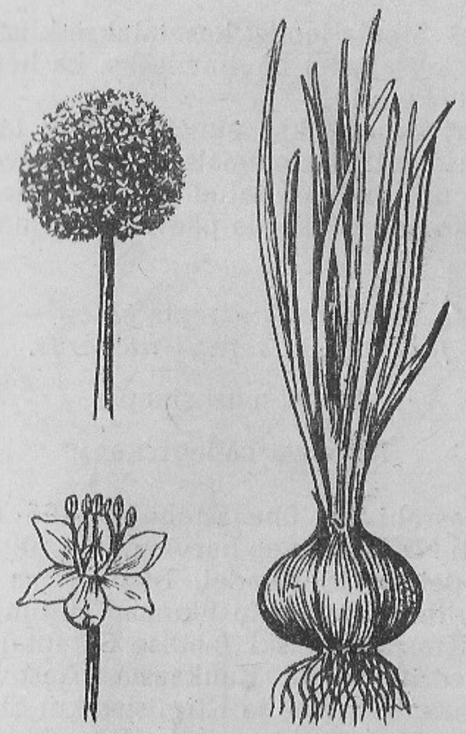
Lauk, sipul, tsipul.

Лук репчатый.

Harilik sibul kasvab meil vaid köögiviljaaedades. Ta on mitmeaastane taim, enamasti suure lameda sibulaga. Vars on kuni 80 cm pikk, õõnes, keskkohast madalamal magujas, sinakashall, alusel kahekülgselt lehistunud. Lehed lühemad kui vars, seest õõnsad, ümmargused või ühelt küljelt veidi kokku surutud, maitselt kibedad, samuti nagu kogu taim. Õiekattelehed rohekasvalged, piklikud, tömbid; tolmukad kahekordselt pikemad kui õiekattelehed, alusel viimastega liitunud; 3 sisemist tolmukaniiti alusel ühe nüri külghambaga. Õied suures kerajas ebasarikas. Vili peaaegu ümmargune. Õitseb juunist augustini.

Sibulat otseselt apteekides ei kasutata, küll aga on tarvitamisel sibulast tööstuslikult valmistatud ravimid: a l l i l t š e p — sibula alkoholleotis, a l l i l g l ü t s e e r — sibula glütseriinleotis jt.

Sibulas leidub kuni 0,05% väävliühendeid sisaldavat eeterlikku õli, mille peamine koostisosa on n-propüüldisulfiid, kõige olulisem aga divinüüldisulfiid. Eeterlik õli



tekib siin leiduvatest metüül- ja propüülalliinist, peamiselt aga propenüülalliinist (alliini isomeer) ja selle eelastmest l-glutamüül-S-propenüültsüsteiin-sulfoksiidist. Ensümaatilise lagunemise vaheastmena tekkiv propenüülsulfohape on püsivam kui vastav ühend küüslaugul ning põhjustab silma sattunult pisaravoolu. Kristalsel kujul eraldatud aine bakteritsiidsus on 1 : 100 000.

Sibul sisaldab ka kuni 11% suhkruid, C-vitamiini (10 mg%), B_1-vitamiini (60 mg%), karotinoide (A-provitamiin), flavonoide (kvertsetiin ja sellest tuletatud glükosiidid).

Harilikku sibulat kasutatakse seedetegevuse ergutamiseks ja ägedate valude leevendamiseks; suhkur- või mesileotisena kurgu limaskesta põletiku ja köha raviks; vererõhu alandamiseks (alliltšep); suurendab vee eritumist organismist neerude kaudu. Toorest sibulat tarvitatakse välispidiselt raviks paisete, haavamädanike, kergete põletushaavade puhul, pannes teda pudruks tambituna haava, haavandi või paise ümbrusse ja vahetades seda putru iga

20 minuti järel. Sibula leotist kasutatakse klistiirina soole-nugiliste (naaskelsabade) hävitamiseks, ka hemorroididest tingitud valude puhul.

Allilglütseeri kasutatakse günekoloogias tampoonidena tuppe asetamiseks trihhomonaalse kolpiidi (valgevooluse) puhul. Alliltšeppi on soovitatud ka ateroskleroosi raviks (20—30 tilka korraga, 3 korda päevas, 3—4 nädala kestel).

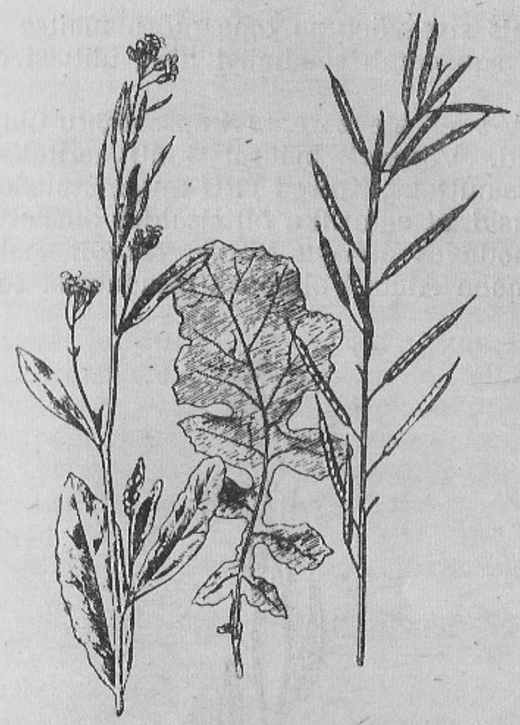
96. Sarepta kapsasrohi, sarepta sinep — *Brassica juncea* (L.) Czern., *Cruciferae.*

Sinep, must sinep.

Горчица сарептская.

Sarepta kapsasrohi on üheaastane 40—65 cm kõrgune taim, mis Eesti NSV-s esineb harva, ainult tulnukana raudteel, laoplatsidel, prahipaikadel. Ta on põua suhtes hästi vastupidav kultuurtaim. Ulatuslikumad kultuurid on Volga alamjooksul Krasnoarmeiski (endise Sarepta) linna ümbruses. Kultiveeritakse ka Kaukaasia, Aasovi ja Musta mere piirkonnas, Ukrainas ja Kirgiisias kui õlitaime. Taim on sinaka kirmega, vars harunev, paljas või alumises osas väga hõredalt karvane. Alumised ja keskmised varrelehed on enamasti paljad, kanneljad, rootsulised, ebakorrapäraselt suurehambalise servaga, ülemised süstjad, enamasti terveservalised. Kroonlehed on kollased, tupplehed kollakasrohelised. Kõdrad on lühiraolised, lühikese nokaga, 3—4 cm pikad. Õitseb juulist septembrini. Seemned on mustjaspruunid, läbimõõdus 1,2 mm, omapärase terava maitsega. Seemned ei valmi korraga, ülevalminud viljad varisevad. Niipea kui esimesed (alumised) viljad on hakanud kuivama, lõigatakse sarepta kapsasrohi koos varrega maha, seotakse kimpudeks ja jäetakse põllule või viiakse katusealusesse ruumi kuivama ja järelvalmima. Kuivanud seemned pekstakse kõtradest välja ning tuulatakse. Saadud materjal moodustab droogi — *semen Sinapis nigrae.*

Sarepta kapsasrohu seemned sisaldavad kuni 1,5% glükosiidi sinigriini. Seemnetes leiduva fermendi mürosiini toimel laguneb sinigriin allüülsinepiõliks, kaaliumhüdrosulfaadiks ja glükoosiks. Fermenteeritud seemnetest saadakse veeauruga destilleerimisel eeterlik sinepiõli, mis



sisaldab kuni 40% allüülsinepiõli ja kuni 50% krotonüülsinepiõli.

Peale selle sisaldavad seemned kuni 47% nõrgalt kuivavat rasvõli, mis koosneb eruuka-, oleiin-, linool- (18%), linoleen- (3%), lignotseriin- (1,5%), müristiin- ja beheenhappe glütseriididest.

Meditsiinis kasutatakse seemneid sinepipaberina — *sinapismata, charta sinapina.* See on kautšukliimiga ületõmmatud paber, millele raputatakse kiht rasvõlist vabastatud seemnete pulbrit. Enne kasutamist kastetakse paber lühikeseks ajaks 37°-sesse vette. Sinepipaberit, samuti ka eeterliku sinepiõli 2%-list alkohollahust kasutatakse paikselt ärritusteraapias põletikuliste haiguste (köha, kopsu- ja liigesepõletiku) ning reuma puhul.

Seemnetest külmalt pressimisel saadud õli on väga hea toiduõli ja sobib delikatesskonservide jaoks. Pressimisel järelejäänud õlikook peenestatakse ja sõelutakse ning kasutatakse lauasinepi (vene sinepi) valmistamiseks. Seljaks segatakse pulber vee, äädika, suhkru, vürtside ja mõnikord ka jahuga. Fermenteerumisel vabaneb eeterlik

sinepiõli, mis sissevõetuna oma mõru maitse ja ärritava toime tõttu soodustab seedimist ning ühtlasi on ka bakteritsiidne.

Eesti NSV-s ei ole sarepta kapsasrohtu ulatuslikumalt kultiveeritud. Vähesel määral kultiveeritakse aedades lauasinepi saamiseks. Katsed TRÜ ravimtaimede laboratooriumis näitasid, et eeterliku õli sisaldus on Eesti NSV tingimustes saadavas droogis kõrge, rasvõli saak aga jääb tunduvalt maha Alam-Volgamaal saadavaist saakidest.

Must kapsasrohi, must sinep — *Brassica nigra* (L.) Bess., *Cruciferae.*

Горчица черная.

Must kapsasrohi on kagupoolseist Vahemeremaadest pärinev 30—100 cm kõrgune üheaastane, peamiselt Kesk- ja atlantilises Euroopas kultiveeritav õlitaim. Eesti NSV-s esineb harva juhusliku tulnukana prahil, teeservadel jne. Musta kapsasrohu vars on harunev, püstine, alumised lehed on kanneljad, suurema tipmise osaga, ülemised lehed süstjad, terveservalised. Õied on väikesed, kroonlehed kollased, õitsemise lõpul kahvatukollased, tupplehtedest pikemad. Kõdrad 1—2 cm pikad, püstised, varre ligi surutud. Õitseb juunist sügiseni.

Musta kapsasrohu seemned on sarepta kapsasrohu seemnetega väga sarnased, ka keemilise koostise poolest neile võrdlemisi lähedased, ja neid on lubatud kasutada samaaegse otstarveteks. Musta kapsasrohu seemneis sisalduva eeterliku õli peamiseks koostisosaks on allüülsinepiõli. Seemned sisaldavad veel 30—35% rasvõli, 1—5% sinapiini (koliinsinapiinhapet). Must kapsasrohi vajab rohkem niiskust kui sarepta kapsasrohi. Seetõttu kultiveeritakse teda NSV Liidus mõnes kohas Valgevenes.

Valge sinep — *Sinapis alba* L., *Cruciferae.*

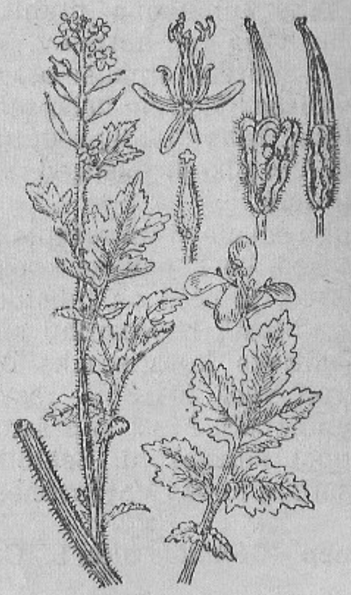
Jõmmikad, ritkhain, sinepihain, tilgapulgad jne.

Горчица белая.

Valge sinep kasvab peamiselt umbrohuna nii suvi- kui talviviljades, harva ka kultiveeritult. Ta on üheaastane taim, 30—60 cm kõrge. Vars on püstine, enamasti ülalt oksine, veidi kandiline, kattunud lihtsate, tagasisuunatud harjaskarvadega. Lehed on rootsulised, 4—10 cm pikad, piklikud, kanneljalt sulglõhised, lõhestunult-hambuliste hõlmadega, karedakarvased. Õied helekollased, peaaegu kahekordselt nii pikad kui tupplehed, äraspidimunajate kroonlehtedega; tupplehed kitsas-elliptilised, tõmbid, õite puhkemise järel kroonlehtedest eemale hoiduvad. Vili — kuni 4 mm laiune kõder, viljanokk mõõkjas, lame, püsib kõdral. Seemned kollakasvalged, kuni 2 mm läbimõõdus. Õitseb juunist septembrini. Esineb kogu Eesti NSV-s, kohati siiski harva.

Valget sinepit on Eesti NSV territooriumil mõnikord ka katseliselt kultiveeritud. Droogiks — *semen Sinapis albae* ehk *semen Erucae* — on kollakasvalged, kerge sinepilõhna ja kõrvetavalt kibeda maitsega seemned.

Valge sinepi seemned sisaldavad 25—30% rasvõli, 2,5% glükosiidi sinalbiini. Sinalbiin laguneb seemnetes leiduva fermendi mürosiini toimel mittelenduvaks para-



hüdroksübensüül-sinepiõliks, sinapiiniks ja kaaliumhüdrosulfaadiks. Parahüdroksübensüül-sinepiõli on nõrgema toimega kui allüülsinepiõli.

Valge sinepi seemnete jahu võib kasutada sinepimähisteks plaastri asemel kopsupõletiku, köha ja liigesepõletiku puhul. Toime avaldub aeglasemalt kui plaastril. Sinepimähis leevendab valu ka jooksva korral.

Õlist vabastatud seemnete pulbrit kasutatakse ka lausinepi (prantsuse sinepi) valmistamiseks. Saadud sinep on mõru, kuid mitte nii vänge kui vene sinep.

97. Sinilatv — *Polemonium caeruleum* L., *Polemoniaceae*.

Heinsinelill, reinvars, sinised pirdid.

Синюха лазуревая, с. голубая.

Siniladva kasvukohaks on peamiselt niisked aruniidud, luhaniidud, soovõsad, lodumetsad, jõekaldad, paekaldaalused. Ta on mitmeaastane rohttaim ümmarguse juurterikka juurikaga. Vars on püstine, 20—100 cm kõrge, lihtne

või ülalt oksine, paljas, kandiliselt vaoline, õõnes. Alumised lehed rootsulised, ülemised rootsutud, kõik vahelduvad, paaritusulgjad, pikliksüstjate lehekestega. Õied taevassinised või valkjad, korrapärased, ratasjalt laiunud, viie kroonlehega, enamasti pööristes; tolmukapead kollakasruuged. Vili — munajas kupar. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s üle kogu maa hõredalt, kohati ka tihedamate rühmadena.

Ravimina kasutatakse siniladva juurikat peenikeste juurtega — *rhizoma cum radicibus Polemonii*. Et siniladva metsikult leidub Eestis harva, tuleks teda kasvatada kultuuridena. Pealegi kasvab siniladv tihedalt koos teiste taimedega, mille juured on tema juurtega väga sarnased, sageli nendega läbi põimunud, mis kogumist raskendab.

Siniladva kultiveerimiseks valitakse võimalikult umbrohuvaba põld. Külvatakse kas sügisel enne maapinna külmumist (talve-eelne külv) või stratifitseeritud seemnetega hästi vara kevadel, külvinormiga 8—10 kg hektarile, reavahedega 60 cm. Talve-eelset külvi ei kaeta. Kevadel külvatakse 1 cm sügavuselt. Taimed tärkavad 12—15 päeva pärast. Edaspidine hooldamine seisneb umbrohu eemalda-

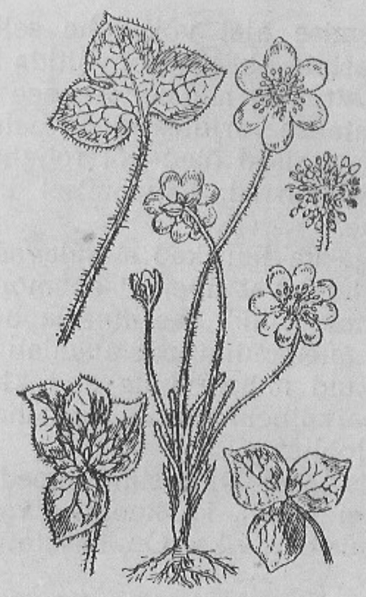
mises ja reavahede kobestamises. Saaki võib koguda juba sama aasta sügisel. Kui põld jäetakse veel järgmiseks aastaks, tuleb tekkivad õisikuraod pidevalt maha niita. Kolmandaks aastaks kultuuri jätta ei tasu. Saagi kogumiseks kaevatakse juurikad hargiga välja või küntakse (hiliss sügisel, oktoobris) harkadraga üles. Kaevamiseks või kündmiseks peab valima kuiva ilma, mil muld juurika ja juurte ümbert kergemini eraldub. Mullast puhtaks rapsitamine toimugu ettevaatlikult, et peenikesi juuri palju kaduma ei läheks. Hiljem pestakse juurikad kiiresti jooksvas vees või vastavates trumlites. Pärast nõrgumist kuivatatakse õhukese kihina varjualuses või päikesepaistel; kuivamise ajal tuleb juurikaid sageli segada. Veel parem on kuivatada juurikad kuivatis temperatuuril 50—60 °C, tarbe korral pikuti pooleks lõigatuna.

Kuivatatud droog on nõrga lõhna ja mõrkja maitsega. Juurikad on pealt hallikaspruunid, lõikepinnalt kollakasvalged või valkjad. Droogis võib niiskust olla kuni 14%, 2 cm pikkusega varsi alla 5%, seest pruune juurikaid kuni 3%; purunenud juurikaid ja juuri alla 15%; tuhajääk kuni 13%.

Droog sisaldab 20—30% triterpenoidseid saponiine, millest 96% kuuluvad hapude saponiinide hulka, 1,3% vaiku, orgaanilisi happeid ja jälgedena eeterlikku õli.

Siniladvadroogi kasutatakse esmajoones vesileotisena (teena) või keedisena köha puhul kui tugeva toimega vahendit röga lahtistamiseks. Asendab välismaiseid seenega- ja ipekakuanjajuurt ning isegi ületab neid toimelt. Määratakse leotisena (6—8 grammi droogi 200 ml keeva vee kohta) või keedisena (3—6 grammi droogi 200 ml vee kohta). Võetakse 3—5 supilusikatäit päevas, pärast söömist.

Siniladva juurika keedist koos soo-kassiurva keedisega kasutatakse ka mao haavandtõve ravimiseks. Selleks määratakse soo-kassiurva keedist (10 grammi droogi 1 klaasitäie vee kohta) 3 korda päevas, ½ tundi enne söömist, 1 supilusikatäis korraga, ja siniladva juurika keedist (6 grammi droogi 1 klaasitäie vee kohta) 3 korda päevas, 2 tundi pärast söömist, 1 supilusikatäis korraga. See ravi kestab 3 nädalat. Siniladva juurikal on ka rahustav ja uinutav toime, mis palderjani vastava toime 8—10-kordselt ületab.



98. Harilik sinilill — *Hepatica nobilis* Gars. (*H. triloba* Gilib.), *Ranunculaceae*.

Hobuseudararohi, jürilill, keltsalill, kopsurohi, külmaelas, lumekannike, lumekelluke, maksalill, maksarohi, metsamirt, sapihein, surmalill, sõstrasilm, talihali, talilill, võlased (sinised) jne.

Перелеска обыкновенная.

Sinilill kasvab lehtmetsades, segametsade servadel, sarapikes, puisniitudel, võsastikes. Ta on mitmeaastane taim lühikese tumepruuni juurikaga. Lehed on vaid juurmised, kolmehõlmalised, südaja alusega, arenevad alles pärast õitsemist, algul kaetud õrnade siidkarvadega, hiljem muutuvad nahkjaks, pealt tumerohelised, alt enamasti punakasvioletsed; vanad lehed talvituvad lume all, neid on õitsemise ajal veel leida. Lehtede keskelt kerkiva varre (õierao) otsas on üksainus õis 6 või 7 tumesinise kroonlehega; üksikud õied on ka roosakad või isegi valged; õie all on 3 hallikat karvastunud kattelehte; tolmukaid ja emakaid palju. Õitseb aprillis ja mais. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Apteekides sinilille ametlikult praegu ei kasutata. Rahvameditsiinis tarvitati taime maapealset osa, ürti — *herba Hepaticae*.

Kogutakse õitsemise ajal või kohe selle järel. Lehti tuleb koguda kinnastatud käega või vältida lehtedest väljapigistatud mahla sattumist nahale, sest see võib esile kutsuda ville. Kuivatatakse varjulises katusealuses.

Droogiks on kas sinised õied või rohelised, alt viltjad lehed ja karvased varred. Kuivamisel kaotavad lehed ville tekitava toime.

Värsked lehed ja ka juurikad sisaldavad teravamaitselist kampritaolist lenduvat ühendit anemonooli, mille toimel tekivadki nahale villid. See aine laguneb kuivamisel ja annab kristalse anemoniini, mis avaldab kahjulikku toimet südamesse, kuid nahale ville ei tekita. Peale selle sisaldab droog parkaineid, vaiku ja lähemalt uurimata glükosiidi hepatrilobiini.

Rahvameditsiinis kasutatakse sinililleteed reuma, hambavalu ja skrofuloosi puhul, ka kootava vahendina maksa ja sapiteede haiguste raviks. On kasutatud ka diureetikumina.

Taim on mürgine, seepärast ei tuleks teda üldse kasutada. Värske taime kasutamisel mähistena on tekkinud raskelt paranevaid ville.

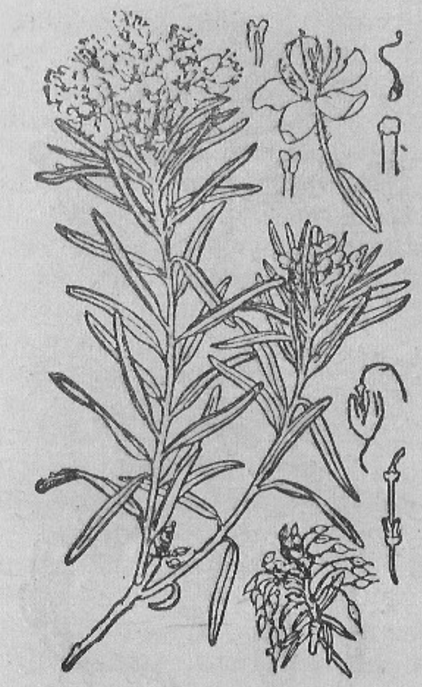
99. Sookail — *Ledum palustre* L., *Ericaceae.*

Kaalarohi, kaeluoksad, kaljud, porss, porst, pürss, rabakaerad, rosmariin, sookaerad, sookaislad, sookikas, sootubak, soovitsad, taalikuoksad, tsihkna, tsähkna, unerohi.

Багульник болотный.

Sookail kasvab turbarabades, rabastuvais metsades, soodes. Ta on madal põõsas, 40—100 cm kõrge. Vars (tüvi) on püstine või tõusev, väga oksine, esineb laiuva puhmana. Lehed igihaljad, lineaalsüstjad, nahkjad, servast allapoole käärdunud, alt roostepunaselt viltjad, samuti ka noored oksad. Õiekroon valge, korrapärane, viietine, harvemini roosakas, ratasjas; tupp väike, viiehambaline; õied okste ladvas suurte ebasarikatena. Vili — ümmargune kupar, viiepesaline. Kogu taim eritab narkootilist lõhna. Õitseb maist juulini, vahel veel hilissügisel teistkordselt. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Sookail loetakse tugevatoimeliseks, s. o. mürgiseks taimeks. Eesti NSV apteekides ei kasutata. Ravimina on tar-



vitatud taime ülemisi, mittepuitunud varreosi koos lehtede, õite ja osalt viljadega, s. o. ürti — *herba Ledi palustris.*

Sookailu kogutakse õitsemise ja osalt ka viljade valmimise ajal, juulist septembrini. Mahalõigatud taimeosad kuivatatakse õhukese kihina varjulises tuuletõmbuselises ruumis.

Droogi moodustavad lehtede, õite, viljade ja varte osad, mis on uimastava lõhnaga, vaigused ja mõru maitsega. Niiskust võib droog sisaldada kuni 14%, varreosi kuni 20%, sealhulgas puitunud osi mitte üle 10%.

Droog sisaldab eeterlikku õli, millest on eraldatud mürgine tahke aine — ledool ehk leedumkamper, peale selle arbutiini, parkaineid, fütontsiide, palju klorofülli.

Ledool on bakteritsiidne. Eriti tundlik tema suhtes on *Staphylococcus aureus.*

Sookailu on kasutatud röga lahtistava vahendina köha puhul, tuberkuloosi raviks, liigeste ja lihaste reuma korral, uriinierituse soodustamiseks, higistamisvahendina.[1] Sookailu võib tarvitada ainult arsti ettekirjutuse kohaselt.

[1] Värske taime põletamise suitsuga võib tubades putukaid surmata. Värske taime mahlaga määritakse putukate, eriti sääskede hammustusi ja torkeid.

100. Soolikarohi — *Tanacetum vulgare* L., *Compositae.*

Heinvarred, jooksjarohud, kõhuvalurohi, külakuradipuju, nosirohi, põllupihelgas, reinvars, saunarohi, sipraseemned, ussipuju, viidikoorrohi jne.

Пижма обыкновенная.

Soolikarohi kasvab elamute läheduses, põllupeenardel, teeäärtel, rannavallidel, varemetel. Ta on mitmeaastane rohttaim, moodustab enamasti puhmaid. Vars on püstine, 40—120 cm pikk, sageli lihtne või ülalt üksikute okstega, tihedalt lehistunud, tihti mitu vart ühel juurekimbul. Lehed enamasti kaheli-sulglõhised; lehekesed pikliksüstjad, teritunud, täkilissaagjad, kuni 12 paari ühel leherootsul. Õied üldiselt kollakad — putkõied kuldkollased, varretute näärmetega, keelõied õige lühikesed või puuduvad koguni. Korvõisikud väikesed, lamedad, enamasti kändana. Üldkate heleroheline, selle lehed paljad, nahkjad, välimised munajad, sisemised otsal nahkja servaga. Õitseb juulist septembrini. Eesti NSV-s esineb kogu maal kohati.

Ravimina kasutatakse soolikarohu korvõisikuid — *flores Tanaceti.* Viimasel ajal leidub neid apteekides aga harva.

Kogutakse õitsemise algul: lõigatakse maha taime ülemine osa ja nopitakse või lõigatakse kääridega üksikud korvõisikud, eraldades nad kändast. Kuivatatakse õhukese kihina varjulises kohas, temperatuuril mitte üle 25 °C.

Droogiks on tumekollased korvõisikud ilma õisikuraota, omapärase kamprilõhnaga. Standardnõuded: niiskust mitte üle 13%, tumenenud õisi kuni 5%, muid taimeosi alla 6%, peenikesi osi, mis läbivad 2 mm² suuruste avadega sõela, kuni 5%.

Droog sisaldab kuni 2% eeterlikku õli (lehed 0,2%), mille peamiseks koostisaineks on tujoon; flavoonglükosiide, rutiini, kvertsitriini jt. (aglükoonidest on siiani isoleeritud kvertsetiin, luteoliin ja akatsetiin), depsiidide tüüpi hüdrolüüsuvaid parkaineid, fenoolhappeid (protokatehhu-, kohv-, klorogeen- ja feerulahape), laktoone (kuuluvad seskviterpeenide ja kumariinide hulka), koliini, polüatsetüleenühendeid.

Rahvameditsiinis kasutatakse esmajoones soole ussnugiliste tõrjeks. Ühekordne annus teena sissevõtmiseks: 0,5 grammi droogi 1 klaasi keeva vee kohta. Võetakse nugiliste puhul 3 korda päevas. Naaskelsabade vastu tarvitatakse soolikarohuteed ka klistiirina: 0,5 grammi droogi 1 klaasi keeva vee kohta.

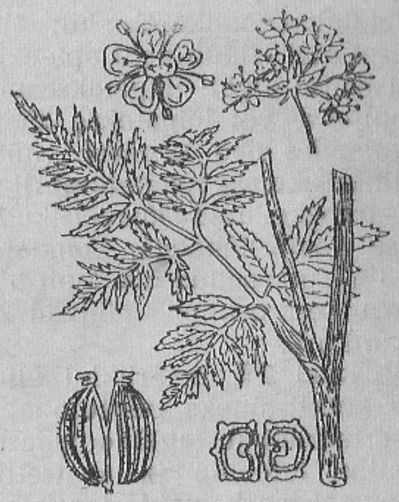
Sooleussidele mõjuvad ühelt poolt eeterlik õli tujooniga ja teiselt poolt polüatsetüleenühendid, fenoolhapped ja laktoonid. Flavonoididel puudub toime sooleussidesse. Droogi kasutatakse teaduslikus meditsiinis ka sapinõristina koletsüstiitide ja hepatiitide puhul. Sooleparasiitide tõrjeks kasutatakse droogi ainult veterinaarias.

Suured annused võivad põhjustada mürgitust: tekivad krambid, mao limaskesta valud, võimalikud on isegi surmajuhtumid. Seepärast ettevaatust kasutamisel!

101. Täpiline surmaputk — *Conium maculatum* L., *Umbelliferae.*

Hull petersill, kaljaputk, koeraköömned, koerapetersillid, kooljaputk, krambiputk, mürkhain, penipütsik, põldpill.

Омег пятнистый.



Täpiline surmaputk kasvab tarade ääres, tänavatel, prahi- paikadel, teeservadel. Ta on kaheaastane sarikaline. Juur käävjas, enamasti lihtne, mitte õõnes (vrd. Mürkputk); vars ümmargune, väga oksine, seest õõnes, pealt soonilin paljas, alumises osas sagedasti kattunud punakate täpp dega, sinaka kirmega, 80—150 cm kõrge. Lehed on suured lamedad, kaheli- või kolmelisulgjad, läiketud; leherootsud ümmargused, õõnsad. Õied valged, 10—15 kiirega liitsari- kates, varre või okste ladvas. Katis mitmeleheline, tagasi käändunud; osakatis 3- või 4-leheline, tema lehed paljad, asetunud ühekülgselt. Vili on lainjastäkiliste roietega, pal- jas, munajas-kerajas, külgedelt kokku surutud. Õitseb juulist augustini. Esineb Eesti NSV-s võrdlemisi harva.

Täpiline surmaputk on väga mürgine taim. Teda ei kasu- tata ravimina, varem aga leidus apteekides surmaputke ürti — *herba Conii*. Siin kirjeldatakse surmaputke peami- selt õnnetuste ärahoidmiseks, sest teda võib eksikombel pidada peterselliks ja heinputkeks, isegi porgandiks (juurte sarnasuse tõttu). Õnneks aga on ta vastiku, hiirte lehka meenutava lõhnaga.

Täpilise surmaputke kõik osad, eriti aga valmimata vil- jad sisaldavad mürgiseid alkaloide (viljad kuni 2%). Pea- mine ja ühtlasi ka kõige mürgisem alkaloid on koniin — toimelt nikotiinile ja kuraarele lähedane mürk. Teised alkaloidid on toimelt koniinile lähedased, kuid vähem mürgised.

102. Verev sõrmkübar — *Digitalis purpurea* L., *Scrophulariaceae*.

Punane sõrmkübararohi, punane käokübar.

Наперстянка красная.

Verev sõrmkübar esineb Eesti NSV-s ainult kultuuris, kas ravimtaimena või ilutaimena. Ta on kaheaastane roht- taim — esimesel aastal kasvab lehtede kodarik, teisel vars õitega. Vars on püstine, 30—120 cm kõrge, lihtne, maha- surutult hallviltjas. Lehed on pealt tumerohelised, udeme- lised, alt hallviltjad; juurmised lehed ja alumised varre- lehed on pikarootsulised, munajad või munajassüstjad, teritunud, alusel järsult ahenenud; ülemised varrelehed on vahelduvad, lühirootsulised või rootsutud, servast täkili- sed või ülemised neist ka terveservalised. Õied suured, verevad, tumedamate valgeservaliste täppidega, ühekülg- ses kuhikjas kobaras, enamasti longus; õiekroon kellukjas, veidi kõverdunud, 4—5 cm pikk, ülahuul veidi lühem kui alahuul, neelus valgete täppidega; tolmukaid 4, ema-

kaid 1; emakas on pika kaelaga. Vili — kupar, tupesse suletud, karvane. Õitseb juunis ja juulis.

Verev sõrmkübar on mürgine taim. Ravimina kasutatakse ta lehti — *folia Digitalis*. Eesti NSV-s kasvatab verevat sõrmkübarat õppeotstarbel Tartu Riikliku Ülikooli ravimtaimede laboratoorium. Verev sõrmkübar ei ole külmakindel. Külmematel ja lumevaestel talvedel kipuvad taimed põllul ära külmuma. Üheaastase kultuurina annab ta aga 10—15 ts/ha droogi, milles toimeainete sisaldus on kõrge. Teisel aastal on lehtede saak väiksem. Kultiveerimiseks sobib kerge, võimalikult viljakas muld. Raskeist muldadel võivad väga peened tõusmed hukkuda. Külvatakse võimalikult vara kevadel, 4—7 kg hektarile, reavahed 40—60 cm. Eelnevalt seemneid niisutatakse ja lastakse soojas ruumis seista, kuni ilmuvad idud (valged täpid). Seeme jäetakse katmata (ainult rullitakse). Kultuuri hooldamine seisneb umbrohu eemaldamises ridadelt kõplamise teel ning reavahede kobestamises mehhaniseeritud vahenditega. Lehtede kogumist alustatakse niipea, kui osa kodarikulehti on täiesti välja arenenud. Esimesel aastal kogutakse lehti 2 või 3 korda, teisel aastal 1 või 2 korda. Lehed kogutakse kuiva, päikesepaistelise ilmaga. Kogutakse ainult täiesti arenenud lehed ilma rootsuta. Noored lehed, ka hilissügisel (septembri lõpul) kogutud lehed on nõrga toimega. Kodariku seesmisi lehti ei koguta, sest vähendaks talvekindlust.

Lehed tuleb kiiresti kuivatada köetavas kuivatis temperatuuril 55—60 °C. Pärast lehtede korjamist pestagu hoolikalt käsi.

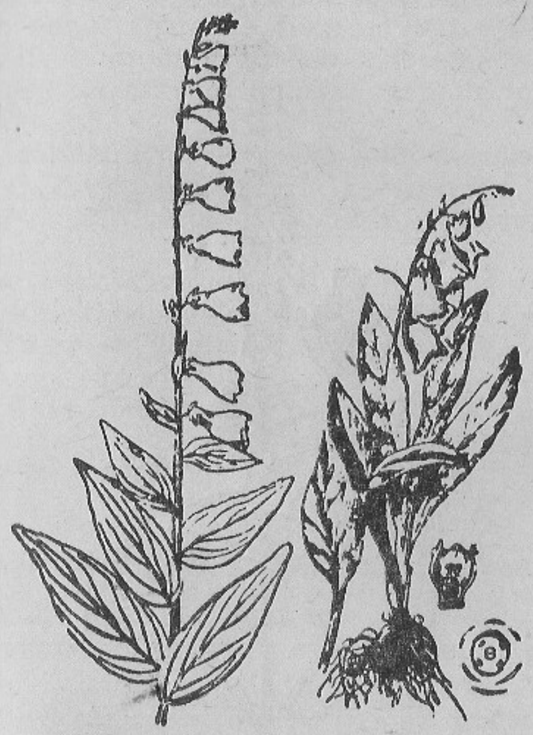
Droog võib niiskust sisaldada kuni 13%, tumedaks või kollaseks muutunud lehti kuni 1%, niisama palju ka varsi, vilju ja muid taimeosi.

Vereva sõrmkübara lehed sisaldavad kuni 0,3% südameglükosiide. Peamised neist on primaarsed glükosiidid, purpureaglükosiid A ja B ning glükogitaloksiin, mis esinevad koos nende osalisel lagunemisel tekkinud sekundaarsete glükosiididega (digitoksiin, gitoksiin, gitaloksiin). Peale selle sisaldavad lehed veel saponiine (näit. digitoniin), flavooni derivaate (näit. luteoliin) jt. aineid.

Verevat sõrmkübarat võib kasutada ainult arsti ettekirjutuse kohaselt. Südamehaiguste ravis on ta tähtsaim taim. Droogist valmistatud ravimid reguleerivad südame tegevust. Neid kasutatakse kindlate ravikuuridena, jälgides,

ei ei esineks mürgitust nn. kumulatsiooni (kuhjumise) tagajärjel. Kuhjumisohu korral kas tehakse ravimi võtmises lühike vaheaeg iga 7—10 päeva järel või vähendatakse annust.

Vereva sõrmkübara lehtedest valmistatakse ravimeid digitoksiin, gitaleen, kordigiit-tabletid, digitasiid, sõrmkübara kuivkontsentraat jt. Kõiki neid väljastatakse ainult arstiretsepti järgi.



Helekollane sõrmkübar — *Digitalis grandiflora* Mill. (*D. ambigua* Murr.), *Scrophulariaceae*.

Наперстянка крупноцветковая.

Helekollane sõrmkübar on meil haruldase tulnukana esinev mitmeaastane 30—80 cm kõrgune rohttaim. Lehed on 5—20 cm pikad, 2—6 cm laiad, süstjad või piklik-elliptilised, peensaagja servaga, ülemised istuvad, pooleldi

varreümbrised, alumised ahenevad lühikeseks rootsuks, leheserv ja rood kaetud näärmekarvadega. Õied on ühe külgse kobarana õieraagudest pikemate kõrglehtede kaenlas, õiekroon helekollane, sisekülgel pruunikate joontega, peaaegu 4 korda tupest pikem. Õitseb juunist septembrini.

Ravimiks lubatakse koguda ka metsikult kasvava helekollase sõrmkübara lehti. Lehed sisaldavad eelmise liigi glükosiididele lähedasi südameglükosiide. Üldiselt on ta vähemväärtuslik, mistõttu teda ka ei kultiveerita.

Villane sõrmkübar — *Digitalis lanata* Ehrh., *Scrophulariaceae.*

Karvane sõrmkübar.

Наперстянка шерстистая.

Villane sõrmkübar on 80—150 cm kõrgune kaheaastane kultiveeritav ravimtaim. Eesti NSV-s metsikult ei esine.

Talvitub paremini kui verev sõrmkübar. Kultiveerimine samasugune nagu vereval sõrmkübaral. Juurmised ja alumised varrelehed on lineaalsüstjad, 6—12 cm pikad. Vars on alumises osas sile, ülemises osas tihedalt pehmekarvane. Õied on 20—30 cm pikad. Õiekroon pruunikaskollane, violetsete roodudega, kahehuuleline; alumise huule keskmine osa labidakujuline, valkjas. Õitseb juunist augustini.

Villase sõrmkübara lehed sisaldavad 0,4—1,0% südameglükosiide, millest kõige tähtsamad on lanatosiidid A, B ja C, peale nende saponiine, flavooni derivaate jm. aineid. Lanatosiidide kuhjumise oht on väiksem kui purpureaglükosiididel, seetõttu eelistatakse ravimite tootmisel villast sõrmkübarat.

Villase sõrmkübara lehtedest valmistatakse ravimeid lanatosiid, dilanisiid, tselaniid, abitsiin jne. Ka neid võib kasutada ainult arsti korralduse kohaselt.

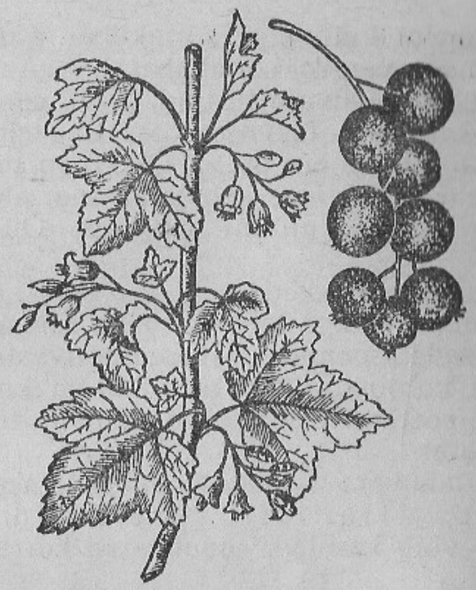
Ravimite valmistamiseks kasutatakse veel mitmesuguseid teisi sõrmkübara liike, nagu näiteks ripsmeline sõrmkübar — *Digitalis ciliata* Trautv. (digitsileen), roostevärvi sõrmkübar — *Digitalis ferruginea* L. (satituraan, sukudrifeen, digaleenneo) jt. Kuna neid Eesti NSV-s ei esine ega kultiveerita, siis siin ka lähemaid andmeid ei tooda.

103. Must sõstar — *Ribes nigrum* L., *Grossulariaceae.*

Jõeveeresitik, must hansper, must murakas, must sitik, must sooster, mõtsasitik, sitik, sokumari, söstred.

Смородина черная.

Must sõstar on kuni 2 m kõrgune põõsas, tugeva lõhnaga, oksad kattunud tumepruuni koorega. Kasvab kaldavõsastikes, lodumetsades, kraavikallastel, metsaservadel; kultiveerituna marjaaedades. Lehed suured, rootsulised, kolme- kuni viiehõlmalised, alusel südajad; hõlmad kolmnurksed, teravad või tömbid, jämesaagjad, pealt rohelised, paljad, alt valkjamad, karvastunud, kattunud näärmekarvadega. Õied rohekad, seest punakad, kobarana lehekaenlais; tupp kellukjas, karvane, tupe tipmed tagasi käändunud. Vili — ümmargune must mari omapärase nõrga lõh-



naga. Õitseb mais ja juunis; marjad valmivad augustis. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse musta sõstra marju — *fructus Ribis nigri*. Nende kasutamine on levinud eriti mõne viimase aastakümne jooksul. Ka musta sõstra lehti — *folia Ribis nigri* — on kasutatud ravimina.

Kogutakse täiesti valminud marju, peamiselt kultiveeritud põõsastelt. Koguda tuleb kuiva ilmaga, hommikul või õhtul. Sorteeritud marjad lastakse õhukese kihina närbuda marliga ületõmmatud raamidel, mis asetatakse kõrgemale alusele või riiulitele. Järelkuivatamiseks sobib plekk-katusega pööning või köetav kuivati, kus temperatuur ei ole üle 60—65 °C.

Droogi moodustavad kortsu tõmbunud, aga mitte kõrbenud mustad marjad nõrga aromaatse lõhnaga ja hapu, kootava maitsega. Pihus pigistamisel ei tohi marjad kokku kleepuda. Droogis võib niiskust olla kuni 18%, rohekaid marju alla 5%, marjaraage ja muid osi kuni 5%, ülekuivatatud marju mitte üle 3%.

Mustad sõstrad sisaldavad C-vitamiini (värsketes marjades kuni 400 mg%), P-vitamiini (kuni 2100 mg%), karotiini (0,7 mg%), B_1-vitamiini (0,06 mg%), suhkruid (kuni 13%),

orgaanilisi happeid (kuni 4,5%), pektiine (1,5%), parkaineid (0,4%), antotsüaane.

Kuivatatud marju kasutatakse teena, peamiselt kui C-vitamiini allikat, et ergutada kogu organismi ja tugevdada ta vastupanuvõimet nakkuste suhtes. Peale selle juuakse mustasõstrateed ka köha, palaviku ja külmetushaiguste puhul higileajava vahendina ja köha kergendamiseks.

Samadeks otstarveteks sobib ka toiduainete kauplustes müüdav hea kvaliteediga mustasõstramahl ja mistahes viisil valmistatud kompotid ja hoidised. Sõltuvalt valmistamisviisist säilib neis 50—100% esialgsest C-vitamiini hulgast. Kõige paremini säilivad vitamiinid toorhoidistes ja kompottides.

Marjade asemel võib ravimteeks kasutada ka musta sõstra lehti, mida kogutakse õitsemise ajal. Rahvameditsiinis on lehti ja marju tarvitatud põie- ja neerukivide, reuma ja liigesevalude raviks.

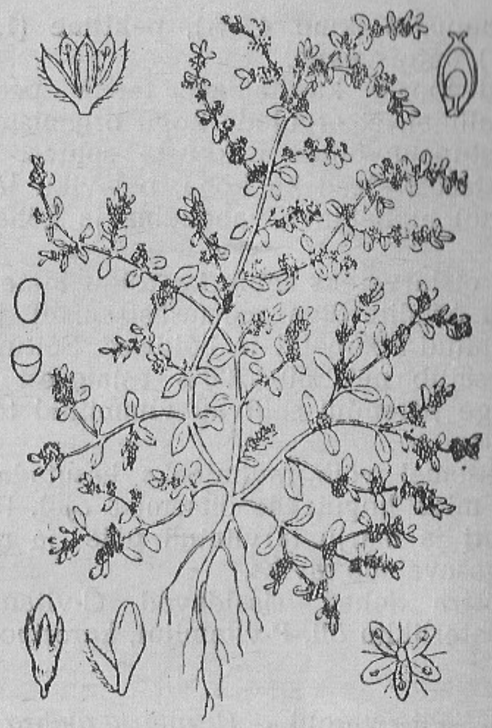
Musta sõstra lehed sisaldavad C-vitamiini (kuni 250 mg%), eeterlikku õli, P-vitamiini, karotinoide jt.

104. Sööt-reiarohi — *Herniaria glabra* L., *Illecebraceae*.

Imetlemisrohi, kestarohi, lagujarohi, nõiakammits, päivituserohi, sööbijarohi, sööthiirirohi, söötrikurohi, sööttiirirohi, teeungrud.

Грыжник голый, г. гладкий

Sööt-reiarohi kasvab liivikutel, kuivadel muruplatsidel, teeservadel, jalgradadel, liivastel söötidel. Ta on üheaastane taim, liibub vastu maapinda ja moodustab harunedes laiu ümmargusi padjandeid. Vars on lamav, ümmargune, kuni 30 cm pikk, paljas või kattunud väga lühikeste kähara-te karvadega, paljude okstega. Lehed vastakud, kuni 10 mm pikad, munajassüstjad, otsast teritunud, alusel ahenevad, paljad, ühe rooga, kahe munaja, kokkukasvanud valge nahkjaservalise abilehega. Õied väga väikesed, rohekad, viietised, kuni kümneõieliste kaenlasiseste kerakestena; kroonlehti 5, valkjad, naaskeljad, lühemad kui tupp; tupplehti samuti 5, rohekad, munajad, tömbid, kitsa nahkjaservaga, paljad; tolmukaid 5, emakakaelu 2. Vili ümmar-



gune, kare, üheseemneline, seeme must, läikiv, läätsjas, sile. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Sööt-reiarohtu praegu ametlikult ravimina ei kasutata, kuid varematel aegadel on kasutatud taime maapealset osa, ürti — *herba Herniariae*.

Kogutakse õitsemise ajal, juunist septembrini, lõigates taime maapealse osa noa või kääridega. Kuivatatakse kiiresti tuuletõmbuses varjulises kohas, eemaldades enne kuivatamist puitunud osad.

Droog on kollakasroheline, iseloomuliku lõhnaga, soolaka, veidi kootava maitsega. Niiskust võib sisaldada kuni 13%, eraldunud lehti ja õisi alla 10%, pruunikaid, tumedaid lehti kuni 3% ja juuri mitte üle 2%.

Droog sisaldab saponiine (3%), oksükumariine (herniariin, umbelliferoon), 1,8% flavonoide (kvertsetiin, isoramnetiin ja neist saadud glükosiidid: rutiin, hüperosiid jt.), jälgedena eeterlikku õli ja alkaloide.

Soodustab uriini eritumist. Sööt-reiarohu teed on kasutatud mitmesuguste kusepõie- ja neeruhaiguste puhul. Ei ole soovitatav kasutada maksa- ja sapipõiehaiguste ega sapikivide puhul.

Tee valmistamiseks võetakse 30—50 grammi droogi liitri vee kohta ja lastakse tõmbuda. Juuakse kuni 3 korda päevas, ½ klaasi korraga.

105. Harilik sügislill — *Colchicum autumnale* L., *Liliaceae*.

Hiline liilia, surmakellad, surmasibul.

Безвременник осенний.

Harilikku sügislille kasvatatakse dekoratiivtaimena aedades. Ta on mitmeaastane sibultaim. Kevadel ilmuvad juurmised lehed maa sees olevast sibulast; lehed, arvult 2—4, on piklikud, 2—3 cm laiad, tumerohelised, kuni 20 cm pikad. Vars puudub. Hilissuvel lehed kõdunevad ja kaovad. Maa-alusest pruunist sibulast areneb pikk tupp, sellest kerkib 2—4 lillakasroosat õit õrna putkja varre otsas; vars on 10—30 cm pikk, sellest maa peal kuni 15 cm; õiekate lihtne, lehterjas, 6 pikliku tipmega; tolmukaid 6, emakakaelu 3, viimased pikad, niiditaolised. Vili, kolmepesaline kupar hulga seemnetega, valmib lehtede vahel alles järgmisel suvel juunis-juulis. Harilik sügislill õitseb septembris, harva oktoobris. Kasvatatakse Eesti NSV-s väga harva.

Harilik sügislill on mürgine taim. Praegu apteekides droogina ei kasutata. Varem olid ravimina tarvitusel ta seemned — *semen Colchici* — ja muguljad sibulad — *tubera Colchici*.

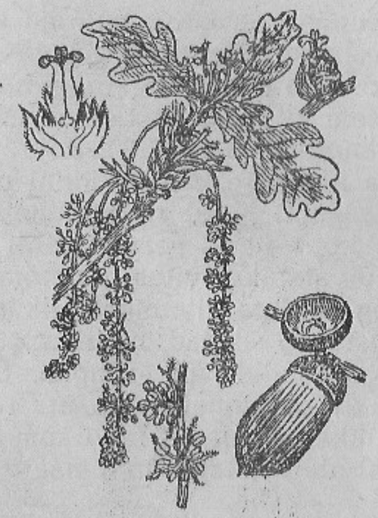
Seemneid kogutakse viljade valmimise ajal, juunis ja juulis, sibulaid aga õitsemise eel, augustis või septembris; sibulaid kohapeal ei kuivatata, vaid saadetakse nad toorelt tehastesse. Pärast sügislille kogumist tuleb hoolikalt käsi pesta.

Kuivatatud seemned on väljast punakaspruunid, veidi kleepuvad, seest hallikasvalge sarvja koega. Muguljad sibulad on värskelt tumeda koorega, seest valged, rõigast meenutava lõhnaga, mis kuivatamisel kaob.

Seemned ja sibulad sisaldavad alkaloide, millest olulisemad on kolhitsiin (seemnetes 1,2%, sibulas 0,25%) ja kolhamiin.

Sügislillest valmistatud ravimeid tarvitatakse ainult arsti ettekirjutuse kohaselt. Et sügislille alkaloidid on rakumürgid, takistavad rakkude pooldumist ja kasvu, on neid hakatud kasutama pahaloomuliste kasvajate vastu, eriti nahavähi puhul kolhamiinisalvi kujul. Varem kasutati seemne ja sibula alkoholväljatõmmatist — tinktuuri — välispidiselt reuma ja liigesevalude puhul, harva ka seespidiselt seedetegevuse ja neerude ergutamiseks.

Alkaloidide saamiseks kasutatakse ka kauni sügislille — *Colchicum speciosum* Stev. — sibulaid. Kaunis sügislill kasvab Kaukaasias subalpiinsetel aasadel. Sibul on suurem, 3—4 cm läbimõõdus. Kauni sügislille kultiveerimise kohta Eesti NSV-s ei ole andmeid. Kõigi eelduste kohaselt peaks ta meil kasvama küll.



106. Harilik tamm — *Quercus robur* L. (*Q. pedunculata* Ehrh.), *Fagaceae*.

Hiiepuu, lesetamm, suvitamm, tammepuu.

Дуб обыкновенный, д. черешчатый.

Harilik tamm kasvab puisniitudel ja kuivades metsades, moodustades sagedasti tammikuid, ka istutatult elamute läheduses ja parkides. Ta on kuni 40 m kõrgune puu võimsa ümardunud võraga. Juba mõni meeter maapinnast kõrgemal lähtuvad tüvest oksad, mis on kõverad ja kaarjad; koor on noortel võsudel sile, läikiv, rohekas või valkjashall, vanemalt muutub tumedamaks hallikaspruuniks ja areneb paksuks rõmeliseks korbaks. Lehed äraspidimunajad, sopilis-hõlmised, väga erineva kujuga, 4—14 cm pikad, 2—8 cm laiad, nahkjalt kõvad, pealt läikivrohelised, alt läiketud, hele- või sinakasrohelised, lühirootsulised või isegi rootsutud. Õied ühesugulised: isasõied pikkade hõredate rippuvate urbadena noorte okste alumises osas; õiekate kollakasroheline; emasõied üksikult või 2—5-kaupa ühisel pikal raol noorte okste tipmises osas. Viljaraod 3—8 cm pikad, alati pikemad kui leherootsud; vili, tõru, 1,5—3 cm pikk, 1—2 cm läbimõõdus, alusel kinnitunud lüdisse, valminult langeb lüdist välja. Õitseb aprillis ja mais. Esineb kohati kogu Eesti NSV-s.

Ravimina tarvitatakse tamme koort — *cortex Quercus*. Koort kogutakse noortelt võsudelt või okstelt kevadel,

mil mahlade liikumine on kõige suurem (mais ja juunis). Tamme vähest esinemist Eestis ja ta majanduslikku tähtsust arvestades osutub koore kogumine lubatavaks plaanikohaselt raiumisele kuuluvatelt tammedelt või maharaiutud tammede kännuvõsudelt. Oksad ja võsud raiutakse maha ja tehakse kooresse kuni puiduni ulatuvad ringlõiked iga 30 cm tagant. Need ringid ühendatakse pikilõikega, lükatakse koor ühelt servalt lahti ja eraldatakse. Kogutud koor kuivatatakse vilus tuuletõmbuses, kaitstuna tolmu eest. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 5 aastat.

Droogi moodustavad siledad, hallikaspruunid, seest kollakaspruunid koorelindid või -rõngad. Standardnõuded: niiskust kuni 15%, sisepinnalt ülemäära tumenenud koort alla 5%, kooretükke paksusega üle 6 mm kuni 5%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt; tuha üldjääk kuni 6%.

Koored sisaldavad pürogalloolrühma parkaineid 10—20%, pentosaane (14%), pektiini (6%), kvertsetiini, suhkrut, flobafeeni jt. aineid.

Kasutatakse kui tugeva kootava toimega vahendit kõhulahtisuse korral; ühekordne annus 1—5 grammi pulbrina või keedisena. Välispidiselt tarvitatakse keedist loputuseks kurgu ja suuõõne limaskesta põletiku ning igemepõletiku puhul. Peale nende otstarvete kasutatakse ka kompressidena ja vannivee lisandina kroonilise nahalööbe ja imikute nahalööbe ravimisel ning jalavannideks jalgade higistamise korral. Põletushaavade korral välispidiseks tarvitamiseks valmistatakse keedis, milleks võetakse 10 grammi droogi 1 klaasi vee kohta.

Loomade ravis kasutatakse tammekoorekeedist kõhulahtisuse, punakusesuse ja mürktaimedega mürgituste korral.

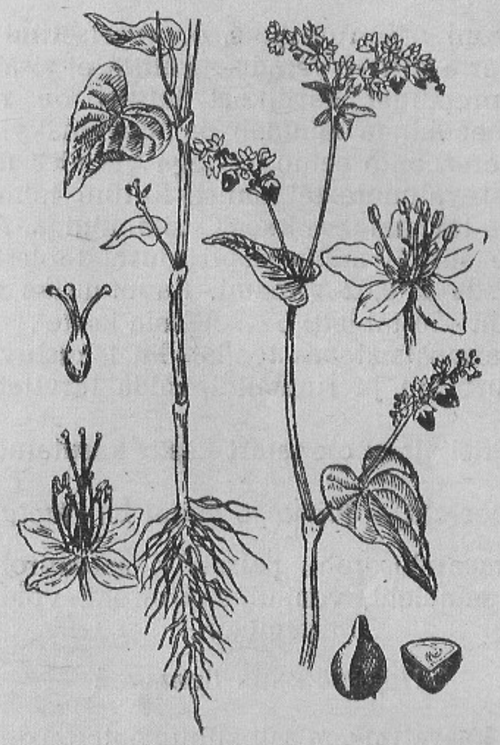
Tammetõrudest võib valmistada nn. tõrukohvi, mida kasutatakse ka kõhulahtisuse puhul. Tammetõrud on toiduks sigadele.

107. Harilik tatar — *Fagopyrum esculentum* Moench (*F. sagittatum* Gilib.), *Polygonaceae.*

Tater, tatrik.

Гречиха посевная.

Harilik tatar kasvab meil ainult kultuurtaimena põldudel, mõnikord metsistunult tatrapõldude läheduses. Ta on üheaastane rohttaim, 15—50 cm kõrge. Vars on püstine, väheoksine, paljas, algul valkjasroheline, vanemalt punakas, tõrved lühikesed, servast viltused, ripsmelised. Lehed ümardunud, kolmnurkselt-südajad, nooljate nurkadega, tipus teritunud; alumised lehed pikarootsulised, ülemised peaaegu rootsutud. Õiekate roosapunane või valge, alusel ka roheline, 3—4 mm pikk; õied tipmistes või kaenlasisestes sarikpööristes. Vili kastanpruun, kolmekandiline, teravate kantidega, algul läikiv, pärast läiketu. Õitseb juulist septembrini. Kasvatatakse peamiselt Lõuna-Eestis, Põhja-Eestis harva.



Ravimina kasutatakse tatra lehti ja õisi — *herba Fagopyri.* Need on ka ravimite tootmisel tooraineks.

Tatar niidetakse õitsemise ajal, juulis ja augustis, ning kuivatatakse varjulises kohas heas tuuletõmbuses 3—4 päeva. Kolkimise teel eraldatakse lehed ja õied vartest. Liigsed varred sõelutakse välja.

Kuivatamisel peab säilima lehtede ja õite loomulik värvus. Droogis võib niiskust olla kuni 12%, varsi kuni 10%.

Sisaldab kuni 6% rutiini, s. o. kvertsetiini sisaldavat glükosiidi. Tatra vili — terad — rutiini ei sisalda.

Tähtsam preparaat harilikust tatrast on rutiin.[1] See preparaat tihendab ja muudab painduvamaks lubjastuma kippuvaid veresoonte seinu, sellega vältides nende rebenemist ja verevalumite tekkimist. Rutiini toime on tugevam, kui teda tarvitatakse koos C-vitamiiniga. Apteekidest väljastatakse rutiini arstiretsepti alusel tablettidena, mis sisaldavad teda à 0,02 grammi. Ravikuuriks määratakse tavaliselt kuni 150 tabletti 6—7 nädala kestel.

Tallinna farmaatsiatehas toodab ka lahustuvaid rutiinipreparaate urutiini ja rutamiini, mida tarvitatakse süstimiseks.

Rahvameditsiinis ei ole tatart Eestis kasutatud.

108. Suur teeleht — *Plantago major* L., *Plantaginaceae*.

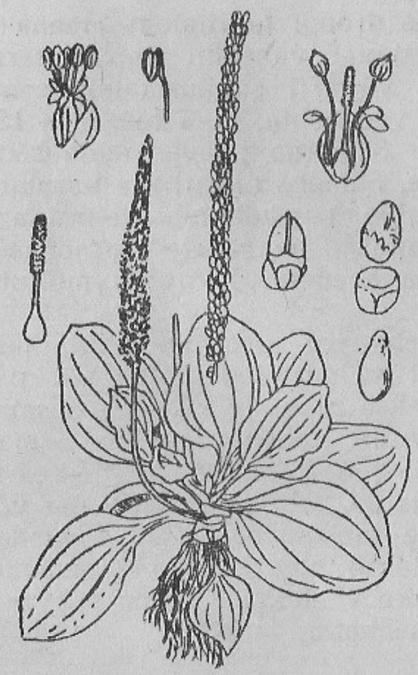
Härjasaba, maa-aluserohi, paiseleht, soonterohi, teetited, tiihain, ummeleht, venindhaiguserohi, võidumehe', vägihein.

Подорожник большой.

Suur teeleht kasvab peamiselt sillutamata teedel, teeäärtel, jalgradadel, õuedel, vainutel, tänavatel ja teistel kohtadel, kus muld on kõvaks tallatud, harva ka lahjadel niitudel ja mererannal. Ta on mitmeaastane rohttaim suure juurtekimbuga. Vars (õieraag) on 10—40 cm kõrge, püstine või pisut tõusev, ümmargune, kaetud lidus karvadega, enamasti tugevakiuline. Lehed on laimunajad, 5—7 sitke rooga, terveservalised või üksikute madalate hammastega, paljad või hõredalt karvased, pika, selgesti eristatava rootsuga; moodustavad tiheda juurmise kodariku. Õied kollakasvalged, palja putkega, 4 tipmega, 4 tolmukaga, mille pead on kas helelillad või võidunult kollased; õied moodustavad võrdlemisi pika rulja pea, milles iga õie all on rohekas, servast valkjas munajas kandeleht. Seemned tumepruunid, väikesed. Õitseb juunist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse esmajoones suure teelehe

[1] Nagu öeldud, sisaldab harilik tatar 6% rutiini. Varem kasutas Tallinna farmaatsiatehas rutiini tootmiseks tatart. Uurimised on näidanud, et jaapani soofora (*Sophora japonica* L.) lehed ja õiepungad sisaldavad rutiini kuni 17%. Sellepärast toodetakse praegu rutiini jaapani sooforast,



lehti — *folia Plantaginis*, kuid on lubatud kasutada ka keskmist ja süstlehist teelehte (vt. kirjeldusi lk. 238 ja 239).

Teelehtede lehti võib droogiks koguda pärast lehtede väljaarenemist suve läbi — juunist septembrini. Lehed nopitakse nii, et nende külge jääb väike osa rootsu, ja pannakse karpi või korvi, mitte aga riidest kotti, sest muljumise tõttu muutuvad lehed mustaks. Kuivatatakse otsekohe pärast kogumist õhukese kihina. Ei ole soovitatav lehti kuivamise ajal pöörata, olgugi et nad kuivavad aeglaselt.

Droogiks on loomuliku värvusega lehed, erilise lõhnata, mõrkja kootava maitsega. Droogis võib olla niiskust kuni 14%, õieraage alla 1%, mustaks muutunud lehti kuni 5%, peenikesi, 3 mm^2 suuruste avadega sõela läbivaid osi mitte üle 2%.

Droog sisaldab lima, mõruaineid, parkaineid, karotiini (A-provitamiini), C-vitamiini (askorbiinhapet), sidrunhapet, glükosiidi aukubiini (rinantiini), faktorit T (viimane kutsub esile trombotsüütide arvu suurenemise veres).

Suure teelehe droogi tarvitatakse teena või keedisena kui röga lahtistavat vahendit kopsukatarri puhul. Tee valmistamiseks võtta 1 supilusikatäis peenestatud lehti 1 klaasi keeva vee kohta; lasta tõmbuda 15 minutit, kurnata. Võetakse 3 korda päevas enne söömist, korraga 1 supilusikatäis. Samaks otstarbeks kasutatakse ka värskete lehtede mahla. Värskete lehtede mahla või puruks litsutud lehti pannakse haavadele verejooksu sulgemiseks, haudunud varbavahedesse, hõõrutud, müljutud või põletatud kohtadele.

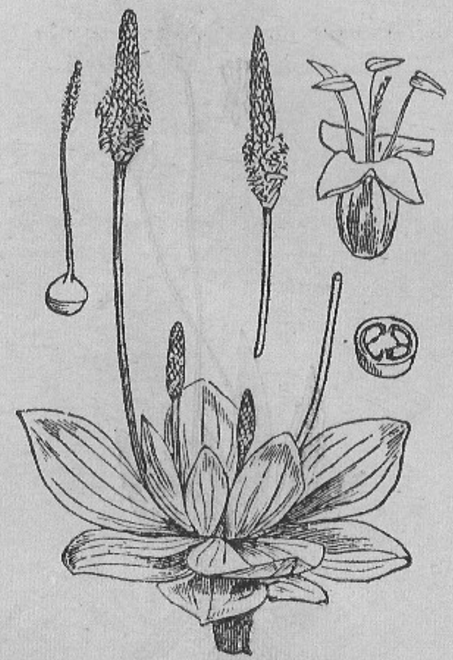
Värsketest lehtedest pressitud mahla (ka konserveeritult) ja sellest valmistatud preparaati plantaglutsiidi kasutatakse mao- ja kaksteistsõrmiksoole-haavandite ja krooniliste koliitide raviks. Samaks otstarbeks soovitatakse kasutada ka suure teelehe seemnete keedist ehk limajooki. Selle valmistamiseks võetakse 2 supilusikatäit suure teelehe seemneid 1 klaasi kuuma vee kohta, loksutatakse tugevasti ja kurnatakse läbi marli. Saadud vedelikku võetakse 3 korda päevas enne söömist, korraga 2 supilusikatäit.

Keskmine teeleht — *Plantago media* L., *Plantaginaceae*.

Hiiresaba, jaanirohi, kassisaba, lambakeeled, lambakõrvad, loomamälurohi, maaliserohi, saanirohud, saanitutid, saksasaanirohud, seasaba, sõjamehed, taputaadid, tikkatõllad, tikkatõllarohud, võidumehe'.

Подорожник средний.

Keskmine teeleht on mitmeaastane taim, mis kasvab kuivadel ja kõrgetel, peamiselt madala rohuga aruniitudel, samuti ka loopealsetel, seljakutel, liivastel nurmedel, kangrutel, teeäärtel. Vars on 10—40 cm kõrge, ümmargune, püstine või alusel tõusev, kaetud lidus karvadega. Lehed on elliptilised, terveservalised, tömbid, 5—9 rooga, ahenevad lühikesteks laiadeks rootsudeks; moodustavad varre alusel laiuva kodariku. Õiekroon kahvatulilla või valkjas, 4-tipmelise servisega, 4 pika tolmukaga; õied koondunud varre tippu 2—6 cm' pikkuse ümmarguse peana, mis näib õitsemise ajal enamasti punakana. Seemned väikesed, mustad. Õitseb maist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.



Keskmise teelehe lehti on lubatud kasutada suure teelehe lehtede asemel (vt. eelmine).

Rahvameditsiinis on keskmise teelehe keedist tarvitatud nõgestõve ja «veninud soonte» (Saaremaal) puhul. On antud loomadele mäletsemishäirete puhul.

Süstlehine teeleht — *Plantago lanceolata* L., *Plantaginaceae*.

Kitsas teeleht, lambakeel, lambakõrvad, musta õiega teeleht.

Подорожник ланцетный.

Süstlehine teeleht kasvab niisketel aruniitudel, võsastikes, metsaservadel, liivikutel ja põldude ääres. Ta on mitmeaastane rohttaim, 5—40 cm kõrge. Vars on püstine või veidi tõusev, sooniline, karvastunud. Lehed on pikad, süstjad või lineaalsüstjad, terveservalised või eemaldunult hambulised, 3—7 rooga, kaetud lidus karvadega või paljad; moodustavad juurmise kodariku. Õied lühikese, sagedasti ümardunud peana, mis enamasti on mustjas; kroon väike, 2—3 mm pikk, pruunikas; tolmukad valkjad, kollaste tol-

mukapeadega. Vili — kupar kahe poolkeraja seemnega. Õitseb maist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Rahvameditsiinis on süstlehine teeleht väga vähe tuntud.

Paljudes maades peetakse süstlehist teelehte ravimina ainusobivaks liigiks. NSV Liidus on lubatud seda liiki kasutada analoogiliselt suure teelehega (vt. suur teeleht).

Kirbu-teeleht — *Plantago psyllium* L., *Plantaginaceae.*

Подорожник блошиный.

Kirbu-teeleht on 10—40 cm kõrge üheaastane, Taga-Kaukaasiast ja Turkmeeniast pärinev taim. Katsed TRÜ ravimtaimede laboratooriumis näitasid, et ta on kultiveeritav ka Eesti NSV-s. Kirbu-teeleht erineb teistest teelehtedest rohkelt harunenud varre ja vastakute varrelehtede poolest. Õied on väikesed, roosakaspruunid, koondunud lehekaenlaist väljakasvavatel pikkadel raagudel kerakujulisteks tähkadeks ehk peadeks.

Ravimina kasutatakse kirbu-teelehe seemneid. Seemned on läikivalt tumepruunid, kuni 3 mm pikad, läbimõõduga kuni 1 mm.

Droog sisaldab glükosiidi aukubiini, rohkesti lima, rasvõli, valku ja mineraalsoolasid.

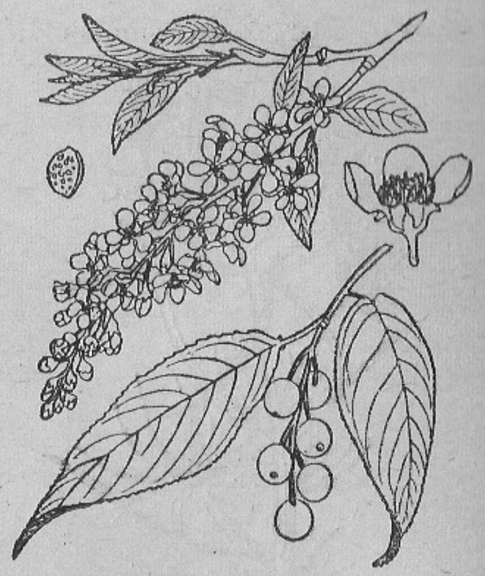
Kirbu-teelehe seemneid kasutatakse nende limasisalduse tõttu nõrga lahtistina ja krooniliste koliitide puhul limaskesta kaitsva vahendina. Krooniliste koliitide raviks kasutatakse ka värsketest lehtedest pressitud mahla.

100. Harilik toomingas — *Padus avium* Mill. [*P. racemosa* (Lam.) Gilib.; *Prunus padus* L.], *Rosaceae.*

Tomilgas, toom, toomik, toompuu, tumilgas, tumingas, tuum, tuumingas jne.

Черемуха обыкновенная, ч. кистевая.

Toomingas on puu või põõsas, kuni 15 m kõrge; kasvab puis-aruniitudel, võsastikes, jõgede kallastel, metsaserva-



del, tarade ääres, ka elamute lähedal. Tüvi sagedamini veidi tõusev, koor tumehall, noortel võrsetel mustjashall, läikiv, selgesti nähtavate lõvedega. Oksad peened, painduvad, punakaspruuni koorega. Lehed on munajassüstjad või ümarmunajad, otsast teritunud, peensaagja servaga, õhukesed, pealt tumerohelised, alt heledamad, sinakasrohelised. Õied lõhnavad, korrapärased, 5—15 cm pikkustes kobarates; õiekroon valge, kroonlehed äraspidimunajad, lühikese pinnukesega; tupplehed lühikesed, kolmnurksed, varisevad kergesti; tolmukaid palju, emakas roheline, paljas. Vili — läikiv, must luuvili (mari), magusa, hästi kootava maitsega, 7—8 mm pikk. Õitseb mais ja juunis, marjad valmivad augustis ja septembris. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse toominga valminud vilju, marju — *fructus Pruni Padi*, ka *baccae Pruni Padi, fructus Padi, baccae Padi.*

Kogutakse toominga viljakobaraid valminud vigastamata marjadega. Kuivatatakse ahjus või viljakuivatis temperatuuril 40—60 °C. Kuivanud droogist sõelutakse viljaraod välja.

Droogiks on hallikasmustad kortsulised marjad, milles on valge luuvili seemnega. Droogis võib olla niiskust kuni

14%, riknenud vilju alla 3%, valmimata vilju kuni 4%, muid taimeosi kuni 2%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab parkaineid, suhkrut, õun- ja sidrunhapet, C-vitamiini, värvaineid jne.

Toomingamarju kasutatakse teena kõhulahtisuse ja teiste seedehäirete puhul. Teeks võetakse 1 supilusikatäis droogi 1 klaasi keeva vee kohta, keedetakse 20 minutit, kurnatakse. Juuakse 2 või 3 korda päevas, pool klaasi korraga (osalt asendab mustikamarjateed). Toominga lehed ja õied sisaldavad samuti C-vitamiini; nendest valmistatud tee on tuntud palavikuvastase vahendina.

Värsketes marjades, lehtedes ja õites leidub fütontsiide.

Rahvameditsiinis on tarvitatud ka toominga koort, mida kogutakse kevadel, kui ta on veel lahti.

Ka süüakse värskeid toomingamarju (ilma luuviljata) kõhulahtisuse puhul.

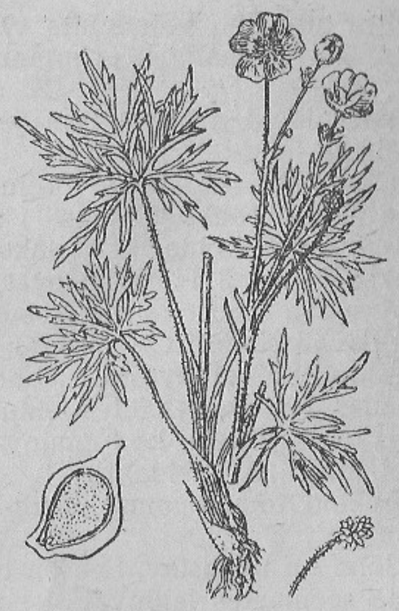
Toominga õite lõhn on uimastav. See on tingitud õites, lehtedes, koores ja seemnetes leiduvatest sinihapet sisaldavatest glükosiididest. Uimastava lõhna peamiseks põhjustajaks on glükosiid prunasiin. Mürgiste lenduvate sinihappeühendite tõttu ei ole soovitatav toominga õitsevaid oksi suuremal hulgal elu- ja magamistubades hoida.

110. Kibe tulikas — *Ranunculus acris* L., *Ranunculaceae.*

Jooksvarohi, kanapasalill, kirbulill, kärbsekänn, kärnalill, lubjalill, narirohi, nahkkoirohi, seakullerkupp, sügeliselill, tulihain, vainuläll, villilill jne.

Лютик едкий.

Tulikad, peamiselt kibe tulikas, kasvavad niisketel niitudel, põlluäärsetel heinamaadel, koplites ja karjamaadel. Need on sagedasti peaaegu poole meetri kõrgused harulised taimed kollaste õitega. Püstiste, osalt õõnsate varte alusel on mõned pikarootsulised, sõrmjalt 5—7-jagused lehed; ülemised varrelehed on lühema rootsuga, teravate tipmetega, kitsamate jagudega; kõige ülemised lehed on enamasti päris rootsutud. Õied on väikesed, 1,5—2 cm laiad, 5 tulikollase kroonlehega, mis pealt veidi läigivad; tupplehti niisama palju, hallikad, pisut väiksemad. Kroonlehtede keskel on hulk tolmukaid ja emakaid. Vili —



seemnis. Õitseb maist septembrini. Kogu taimel on kibe maik, seepärast jätavad loomad kibeda tulika puutumatuli kasvama, mistõttu ta eriti silma paistab. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse ürti — *herba Ranunculi*. Praegu seda apteekides ei leidu.

Kibedat tulikat kogutakse õitsemise ajal kogu suve kestel. Värske taim on kõrvetava maitsega ja kogumisel tuleb meeles pidada, et ta mahl kutsub nahal esile põletusvillid, limaskestal ägeda põletiku. Seepärast on soovitatav kanda kogumisel kummikindaid. Kuivatatakse õhukese kihina tuuletõmbuselises varjualuses. Kuivanud taim kaotab mürgised omadused.

Droogiks on loomuliku värvusega, lõhnata taimeosad.

Värske taim sisaldab glükosiidi ranunkuliini. Taimekudede vigastamisel laguneb ranunkuliin taimes leiduva ensüümi toimel glükoosiks ja protoanemoniiniks[1]. Proto-

[1] Viimasel ajal on selgunud, et protoanemoniin on bakteritsiidse (pisikuid hävitava) ja fungitsiidse (parasiitseeni hävitava) toimega. Lahustes 1 : 33 000—1 : 60 000 hävitab ta kuldkollase stafülokoki (mädapisiku) ja teisi pisikuid ning hallituse eoseid. Protoanemoniini soovitatakse süstida loomadele mädanike raviks.

anemoniin (anemonool) on lenduv, terava lõhnaga, nahka ärritav aine. Veeauruga destilleerimisel eraldub ta õlitaolise vedelikuna. Seismisel vedelik kristallub ja polümeerse ühendina setib anemoniin, mis nahka ei ärrita.

Kasutamise võimalusi uuritakse.

Rahvameditsiinis liigeste reuma puhul kasutatav viis panna värskeid taimeosi otse nahale ei ole soovitatav, sest sel juhul tekivad nahal villid, mille tagajärjeks võivad olla raskesti paranevad haavandid.

111. Tungaltera — *Claviceps purpurea* Tul., *Clavicipitaceae*.

Emaiva, hundihammas, härjaiva, härjaüiges, must ida, must iva, näljaiva, rukkiküüs, soehammas, süsitera, tahmatera, tungalpea, tungeljas jne.

Спорынья.

Tungaltera ei ole omaette taimeliik, vaid rukkitera haiguslik arenemine nakatumisel tungalseenega *Claviceps purpurea*; selle nakatumise tagajärjel areneb rukkipeas loomuliku tera asemel suur must kaarjas moodustis, mida nimetatakse tungalteraks. Tungaltera on mainitud seene sklerootsium, pealt must või tumelilla, seest aga valge mass, mis koosneb põimunud seeneniidikestest. Seene arenemine on keeruline, kuid siin seda ei käsitleta. Tungaltera esineb peamiselt rukkiteras, harvemini ka nisuteras, eriti niisketel ja vihmarohketel suvedel; ta levib suuremal määral rukkivälja servadel, kus nakatumisoht on suurem.

Tungaltera kasutatakse apteekides nime all *Secale cornutum*, tõlgituna: sarvjas rukis. See ei tähenda aga mingit rukki eriliiki, vaid on droogi ajalooline nimetus, mis tekkis siis, kui ei olnud veel tungaltera õigeks määramiseks vajalikke teadmisi.

Tungaltera kogutakse rukki valmimisel, juulis ja augustis, otse põllult või eraldatakse vilja peksmisel ja kuivatamisel viljajäätmeist. Tungaltera mürgisuse pärast on ta jätmine terade hulka ebasoovitatav. Koguda tuleb terveid, riknemata tungalteri. Kuivatatakse vilus, heas tuuletõmbuses, kuni tera on nii kuiv, et ta painutamisel järsku murdub.

Tungaltera murdepind peab olema valge või kahvatulilla. Kollase või pruuni murdepinnaga terad ei kõlba droo-

giks. Välispind peab olema loomuliku värvusega. Droogis võib niiskust olla kuni 8%, kollase või pruuni murdepinnaga teri alla 5%, murdunud teri kuni 7%, kahjurite poolt rikutud teri ja kõrvalisi lisandeid minimaalselt.

Droog sisaldab vähemalt 0,05% (parematel sortidel kuni 1%) alkaloide, lüsergiinhappe derivaate. Nendest kõige väärtuslikumad on ergometriini rühma alkaloidid, mis põhjustavad emaka kontraktsioone, kuid ei avalda erilist toimet veresoontesse. Ergotamiini ja ergotoksiini rühma alkaloidid aga toimivad veresoontesse. Lüsergiinhappe derivaatide kõrval sisaldab tungaltera veel nn. klaviinalkaloide, millel ei ole meditsiinilist tähtsust. Peale nende leidub tungalteras vahelduval hulgal amiine, nagu histamiin, türamiin, koliin, atsetüülkoliin, siis veel piimhapet, värvaineid, suhkuraineid, fütosteriini ja suurel hulgal (25—40%) rasvõli, mis tungalteras pikkamisi mõrkneb ja põhjustab droogi riknemise.

Tungalterapreparaate kasutatakse esmajoones sünnitusabis ja günekoloogias emaka atoonia ja sellega seoses tek-

kivate verejooksude puhul, peamiselt selleks, et sünnitusjärgsel perioodil emaka kokkutõmbumist soodustada ja verejooksu tõkestada ning emaka taandarenemist kiirendada. Manustamine raseduse ja sünnituse ajal ei ole lubatud, sest siis võib tagajärjeks olla loote lämbumine (asfüksia).

Tarvitatakse ka rohke menstruatsiooni ja emakaverejooksu korral. Üldiselt kasutatakse tungaltera ja selle preparaate kui mürgiseid aineid ainult arsti ettekirjutuse alusel.

Esmaabivõtted tungalteramürgituse puhul: oksendamise esilekutsumine, maoloputus, lahtistid (kastoorõli); tanniinilahuse, kange kohvi, kampri sisseandmine.

Tungalterapreparaadid sissevõtmiseks: tungalterapulber (rasvõlist vabastatud), vedelekstrakt, ergotaal tablettidena; süstimiseks (ampullides): ergotaal, ergotiin, ergotamiin.

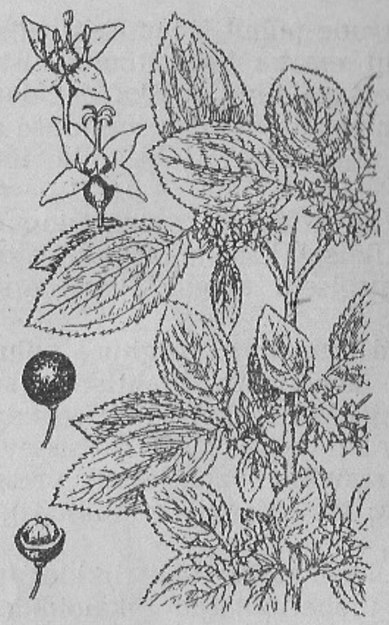
Viimasel ajal kasutatakse välisriikides (peamiselt Ungaris) tungaltera ümbertöötatud alkaloidide saadusi kesknärvisüsteemi mõjutavates preparaatides, nagu 1) redergaam — kõrge vererõhu raviks, 2) belloid, bellaspoon — neurooside puhul.

Lüsergiinhappe baasil saadakse poolsünteetiliselt terve rida kesknärvisüsteemisse toimivaid nn. psühhotroopseid aineid, nende hulgas ka lüsergiinhappe dietüülamiidi ehk preparaati LSD, mis kapitalistlikes maades levib uimastusainena.

Eesrindliku põllumajanduse juurutamise tulemusena on tungaltera hävinemas. Pealegi on tungaltera väga polümorfne taim. Mõned sordid sisaldavad alkaloide väga rikkalikult, teised aga peaaegu üldse mitte. Seetõttu saadakse praegu tungaltera peamiselt kultuuridest. Kunstlikult paljundatud eostega nakatatakse rukki õitsemise ajal viljapäid nii, et neis areneks 2 või 3 tungaltera. Ka on juba saadud esimesed tulemused tungaltera kui seene kultiveerimisel kunstlikul söötmel.

Palju tungalteri sisaldavast rukkijahust küpsetatud leiva tarvitamisel võib esineda haigus (ergotism), mis avaldub pindmiste veresoonte kokkutõmbumises ja toitumishäiretes mõnes kehaosas. Tagajärjeks on jäsemete nekroos, eriti sõrmedel ja varvastel.

Jahu ja isegi aganad, mis sisaldavad tungalteri, on mürgised ka koduloomadele.



112. Türnpuu — *Rhamnus cathartica* L., *Rhamnaceae.*

Haukaküüdse', hundiuibu, kikkatürnapuu, kitsepuu, kitsepaakspuu, kitseuibu, ohupaats, soetuum, soeui-puu, ussimari, ussiviherpuu, viherpuu, vihur, ürn.

Жостер (жестер) слабительный, крушина слабительная.

Türnpuu kasvab aruniitudel, kuivadel kinkudel, tarade ääres, võsastikes. Ta on kuni 5 m kõrgune puu, sagedasti ka põõsas. Tüvi sirge, madal, tumeda koorega, mis vanematel puudel pakatab; vanemad oksad lõpevad astelja teravikuga. Lehed vastakud või kimpudena, elliptilised, piklik-ümmargused, peensaagja servaga, 3 või 4 paari külgroodudega, pealt ererohelised, alt hallikasrohelised, lühidalt teritunud või tömbid, 4—6 cm pikad, kuni 4 cm laiad. Õied rohekaskollased, neljatised, kroonlehed väikesed, kitsad; tupp lehterjas või kellukjas, tipmed kolmnurksed. Vili — kerajas luuviljataoline mari, algul rohekas, valminult läikivmust, kibeda, vastiku maitsega, 3 või 4 seemnega, mis on kolmekandilised, kuni 5 mm pikad. Õitseb mais ja juunis. Esineb sagedamini Põhja- ja Lääne-Eestis, harvemini Lõuna-Eestis.

Ravimina kasutatakse türnpuu valminud vilju, marju — *fructus Rhamni catharticae, baccae Spinae cervinae.*

Kogutakse täielikult valminud, raagudeta vilju septembris ja oktoobris. Mustad marjad puistatakse õhukese kihina sõelale ja kuivatatakse soojas, jahtuvas ahjus.

Droogiks on läikivad, kortsulised tumevioletsed või mustad marjad pruunikasrohelise sisuga, milles on kuni 4 luuvilja. Lõhna ei ole, maitse on magusmõrkjas. Droogis võib olla niiskust kuni 14%, rohelisi, valmimata vilju kuni 4%, orgaanilisi lisandeid kuni 2%, tuhajääk kuni 2%.

Droog sisaldab 0,76% antraglükosiide, sealhulgas ka ramnokatartiini, mis on identne glükofranguliiniga. Veel sisaldab droog suhkrut, pektiinainet, vaiku, flavooni derivaate (ramnotsitriin, ksantoramnetiin, ramnetiin, kvertsetiin, kempferool) jm. aineid.

Kasutatakse lahtistina. Toimib pehmelt, kuid kindlalt, mõnedel juhtudel avaldab aga ka väga tugevat toimet, sellepärast oldagu tarvitamisel ettevaatlik. Kasutatakse peamiselt teena (2—6 grammi ehk 1 supilusikatäis droogi 1 klaasi keeva vee kohta, lasta tõmbuda 2 tundi). Õhtul võtta ½ klaasi korraga.

Värskete marjade mahla tarvitatakse samuti lahtistina. Võetakse 1—2 supilusikatäit päevas.

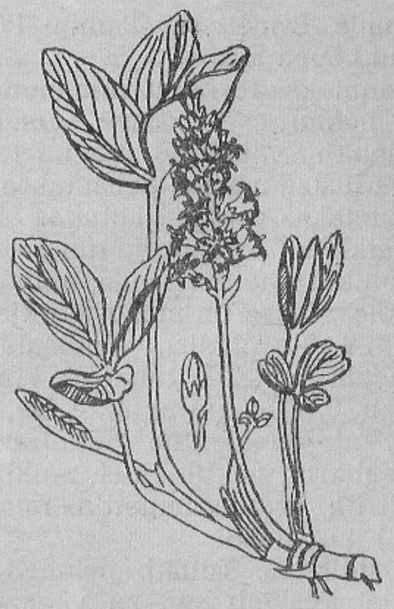
Omal ajal oli türnpuu kui kõrrerooste levitaja määratud hävitamisele. Seepärast leidub meil türnpuud põldude ja elamute läheduses võrdlemisi vähe. Põldudest kaugemal võib teda aga veel leida.

113. Ubaleht — *Menyanthes trifoliata* L., *Menyanthaceae.*

Jõeuba, kolmleht, metsuba, raakelehed, seakapsas, tanuroos, ubahein, vesijuurik, vesiherned, vesiuba.

Вахта трехлистная, трифоль.

Ubaleht kasvab sooaukudes, jõgede ja ojade kallastel, kraavides, niisketel niitudel, eriti umbekasvavate järvede kallastel. Ta on mitmeaastane rohttaim tugeva, ümmarguse, 1—1,5 cm jämeduse, lülilise ja pikalt roomava juurikaga, millest areneb tõusev, 15—30 cm pikkune vars. Lehed enamasti juurmised, kolmetised, pikarootsulised, alusel ümbritsevad tupetaoliselt vart; lehekesed peaaegu



rootsutud, äraspidimunajad, terveservalised, tömbid. Õiekroon punakasvalge, lehterjas; kroonlehed, arvult 5, otsast teritunud, siseküljel pikkade mahlaste karvadega. Õied tipmistes pikaraolistes kobarates. Vili — oataoline kupar. Õitseb mais ja juunis. Esineb Eesti NSV-s üle kogu territooriumi.

Ravimina kasutatakse lehti — *folia Menyanthidis* ehk *folia Trifoli fibrini.*

Ubalehe lehti kogutakse õitsemise ajal, näpistades taimelt lehed ilma rootsudeta. Kuivatatakse vabas õhus.

Droogiks on rohelised kolmislehed, ilma lõhnata, väga mõru maitsega. Standardnõuded: niiskust kuni 14%, lehti rootsuga üle 3 cm kuni 8%, pruune ja mustade laikudega lehti mitte üle 5%, lehtedeta rootse alla 3%.

Droog sisaldab mõru maitsega glükosiide, mille koostis on veel vähe uuritud. Peamiseks glükosiidiks on meniantiin. Peale mõruglükosiidide sisaldab droog veel alkaloidi gentsianiini, flavoonglükosiide, rutiini, hüperosiidi jt. ning kuni 3% parkaineid.

Tuhas leidub mangaani ja mõnikord joodi. Praegu kasutatakse ubalehte teena peamiselt söögiisu puudusel, sapierituse suurendamiseks, seedehäirete, kõhuvalu ja kõhukinnisuse korral. Varem kasutati ka palaviku vastu. Kuu-

lub sapinõristust soodustava, rahustava[1] ja söögiisutee ning mõrutinktuuri koostisse. Tee valmistamiseks võetakse 2 teelusikatäit droogi 1 klaasi keeva vee kohta, lastakse tõmbuda ja kurnatakse. Juuakse 3 korda päevas, pool tundi enne söömist, 1/4 klaasi korraga.

Ubalehte kasutatakse ka loomade ravimisel — veistel punakusesuse ja lammastel maksahaiguste puhul.

114. Ussikeel — *Echium vulgare* L., *Boraginaceae.*

Hobusekärnarohi, hobusekõharohi, hundihambad, hundiohakas, härjakeel, jänesenõges, kahetsmeõied, karuhänd, looma-maksarohi, meritsed, pahasilmarohi, siniohtja, ussipää.

Синяк обыкновенный.

Ussikeel kasvab liivastel jäätmaadel, seljakutel, teeäärtel, kivistel nõlvadel, prahipaikadel, luidetel. Ta on kaheaastane rohttaim, 30—90 cm kõrge. Vars on püstine, lihtne või oksine, lühikarvane ja valkjatel või pruunikatel konaratel esinevate pikkade harjastega, hästi kare. Lehed pikliksüstjad, karedakarvased, enamasti ühe rooga, alumised rootsulised, ülemised rootsutud. Õied kahehuulelised, ebakorrapärased, võrdlemisi suured, pungas roosapunased, puhkenult taevassinised, harva valged, hulgaliselt ühekülgses võnkõisikus, moodustades ladvas pika kobara; tolmukad, arvult 5, erineva pikkusega, ulatuvad ühes emakakaelaga kroonist välja. Vili jaguneb neljaks üheseemneliseks pähklikeseks. Õitseb juunist septembrini. Meetaim. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ussikeelt ei tarvitata praegu ametlikult ravimina, kuid ta vääriks uurimist. Ravimina kõlbaks kasutada taime maapealset osa, ürti — *herba Echii vulgaris.*

Kogutakse õitsemise ajal taime maapealne osa ja kuivatatakse üldeeskirjadele vastavalt.

Kõik taime osad sisaldavad tsünoglossiini, koliini, konsolidiini ja konsolitsiini, mis on mürgised ning avaldavad närvisüsteemi paralüseerivat toimet. Ussikeelt

[1] Rahustav tee: ubalehelehti 2 osa, piparmündilehti 2 osa, palderjanijuuri ja -juurikaid 1 osa, humalaid 1 osa; võtta seda segu 1 supilusikatäis 2 klaasi keeva vee kohta, lasta tõmbuda 1/2 tundi, kurnata. Juua 2 korda päevas — hommikul ja õhtul, 1/2 klaasi korraga.

tuleb lugeda tugevatoimeliseks. Kasutamise võimalusi uuritakse.

Rahvameditsiinis on ussikeele keedist tarvitatud langetõve ravimisel. Ka soovitatakse seda köhavaigistava vahendina. Valmistamiseks võtta 10 grammi ürti 1 klaasi vee kohta ja keeta; selle keedise annus täiskasvanule on 3 või 4 korda päevas 1 supilusikatäis.

115. Ussitatar — *Polygonum bistorta* L., *Polygonaceae.*

Lambakeel, penikiil, tulihein, ussihain.

Горец змеиный, раковые шейки, змеевик.

Ussitatar kasvab niisketel niitudel, jõekallastel, võsastikes, metsaservadel. Ta on mitmeaastane rohttaim tugeva lookleva juurikaga, mis on kattunud eelmiste aastate lehtede jäänustega. Vars püstine, lihtne, paljas, eemaldunud lehtedega. Juurmised lehed ja alumised varrelehed on piklikmunajad, teritunud, alusel tömbid või südajad, ahenevad pikaks kolmekandiliseks, osalt tiivuliseks rootsuks; ülemi-

sed varrelehed tumerohelised, alt sinakasrohelised, paljad või lühikarvased; tõri on pruunikas, paljas, lõhestumata. Õied tihedalt ebapeana varre ladvas, hele- või tumeroosad, harva valkjad; õiekroon kuni 3 mm pikk, tolmukaid 8, ulatuvad õiest välja; emakakaelu 3, ülemises osas on nad veidi jämenenud. Vili kolmekandiline, kastanpruun, kuni 5 mm pikk. Õitseb maist augustini. Esineb sagedamini Lõuna-Eestis, väga harva Põhja-Eestis.

Ravimina kasutatakse ussitatra juurikaid — *rhizoma Bistortae.*

Ussitatra juurikaid kogutakse sügisel, septembris-oktoobris, sest varakevadel enne lehtede arenemist on raske ussitatra kasvukohti leida, kui need pole sügisel märgistatud. Juurikatelt eemaldatakse muld, lõigatakse maha peened juured ning varre ja lehtede jäänused koos juurika pehastanud otsaga. Pestakse kiiresti, kuid hoolikalt mullast puhtaks ja kuivatatakse jahtunud ahjus või köetud ruumis.

Droog koosneb ussitaolistest, keerdunud, veidi lapikutest juurikatest. Väljast on juurikad punakaspruunid,

murdepinnalt roosad või pruunikasroosad; lõhna ei ole, maitse tugevalt kootav. Standardnõuded: niiskust kuni 13%, musta murdepinnaga juurikaid alla 10%, halvasti juurtest puhastatud juurikaid kuni 5%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt; tuhajääk 10%. Juurikate pikkus kuni 10 cm.

Droog sisaldab 15—25% segatüüpi parkaineid. Parkained on enamikus pürogallooli derivaadid, vähemal määral on ka pürokatehhiinrühma esindajaid, vaba gallus- ja ellaghapet ning katehhiini. Peale selle sisaldab droog vähesel hulgal oksümetüülantrakinoone, 26% tärklist, 132 mg% C-vitamiini jm. aineid.

Ussitatradroogi kasutatakse vedelekstraktina või keedisena (10 grammi 1 klaasi vee kohta) soolekatarri ja kõhulahtisuse puhul. Keedist võetakse korraga 1 supilusikatäis, ekstrakti ½ teelusikat.

Peamiselt kasutatakse ussitatra vedelekstrakti välispidiselt — limaskestade ja igemete määrimiseks nende põletikkude puhul ning lahjendatult haavade määrimiseks.

116. Aedvaak — *Inula helenium* L., *Compositae*.

Aaland, aalud, aaslang, haaverlang, hopsajuur, ipsujuur, kibrujuur, möirits, südamevalujuured, upsujuur, vaagihein.

Девясил высокий.

Aedvaak kasvab meil peamiselt metsistunult elamute läheduses, sest nähtavasti on teda varem kasvatatud ravimtaimena aedades. Ta püsib aga ikka seal, kus teda vähegi hooldatakse. Aedvaak on mitmeaastane rohttaim, ta juurikas on kuni 5 cm pikk, lihakas, väljast tumepruun, seest valkjas, 6 cm pikk, ümbritsetud lisajuurtega. Vars on püstine, 60—150 cm kõrge, sooniline, lihtne või ülalt oksine, enamasti takerkarvane, ladvas takerdunult viltjas. Lehed on suured, laialt süstjad või munajad, teritunud, südaja või lühikeselt laskuva alusega, rootsutud, pealt hõredalt lühikarvased, alt mahasurutult hallviltjad, servast täkilised või nürihambalised; alumised lehed on enamasti rootsulised, munajad või elliptilised. Õied kollakad, suured, keelõisi palju, putkõied veidi tumedamad; korvõisikud on suured, 6—7 cm laiad, varre otsas üksikult või ka hõreda sarikpöörisena; õiepõhi on lame, üldkate mitmesugune.

Vili kuni 5 mm pikk, lendkarvadega. Õitseb juunist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kohati.

Kasutatakse peamiselt aedvaagi juuri koos juurikaga — *radix Inulae, radix Enulae*, viimasel ajal aga siiski vähe.

Juurikaid kogutakse kevadel või sügisel. Need kaevatakse välja labidaga, valitakse juurikad ja juured jämedusega mitte alla 1 cm, raputatakse suuremast mullast ja eemaldatakse külgejäänud muld pesemisega jooksvas vees. Et kuivamist kergendada, poolitatakse jämedamad juurikad pikuti, pikemad lõigatakse võimalikult ühepikkusteks tükkideks. Kuivatatakse varjulises tuuletõmbuselises ruumis, tükke sageli segades.

Väljast on droog hallikaspruun, ristlõikes kollakasvalge pruunide täppidega (viimased on eeterliku õli mahutid). Tal on omapärane tugev lõhn ja vürtsikalt mõrkjas maitse. Niiskust võib droog sisaldada kuni 13%, ristlõikes pruune juurikaid alla 5%, muid taimeosi mitte üle 5%.

Droog sisaldab 1—3% õlikaks kristalseks massiks tahkuvat omapärase lõhnaga eeterlikku õli. Selle kristalne osa heleniin sisaldab seskviterpeenlaktoone: alantolaktooni, natuke proasuleeni. Alantolaktoon on antiseptilise toimega. Juured sisaldavad veel 44% inuliini ja saponiine.

Kasutatakse röga lahtistava ning uriinieritust soodustava vahendina. Keedise valmistamiseks võetakse 10 grammi juurikaid 1 klaasi keeva vee kohta, keedetakse 10 minutit, jahutatakse ja kurnatakse. Võetakse 3—4 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga.

117. Harilik vaarikas, vabarn — *Rubus idaeus* L., *Rosaceae.*

Aavermo, vaabakas, vaarakas, vaargas, vaarmari, vaermud, vaherma, vavverma jne.

Малина обыкновенная.

Vaarikas on kuni 3 m kõrgune põõsas; kasvab metsaservadel, -väludel, võsastikes, kraavikallastel, raiesmikel, puisniitudel, kultiveeritult marjaaedades. Varred ja juurevõsud on ümmargused, valkja koorega, veidi kattunud vahakirmega, hõredate nõrkade naaskeljate ogadega. Lehed sõrmjagused või sulgjad, sagedamini 3—5 sulglehekesega, pealt tumerohelised, paljad, alt valgeviltjad; lehekesed munajad, süstjad, servast teravsaagjad; tipmine leheke külgmistest suurem, sagedasti südajas, pikalt teritunud. Õisik — hõre kobar või ka pöörisjas; õied valged, longus, kroonlehed väikesed, mõlajad; tupplehed pärast õitsemist tagasi käändunud. Vili — maitsev mari (koguvili), punane, harva kollakas või valkjas, valminult eraldub kergesti õiepõhjalt. Õitseb mais, juunis; vili valmib juulis, augustis. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Vaarikas on ammust ajast tuntud ravimtaim. Peamiseks ravimiks on marjad — *fructus Rubi idaei*, aga kasutatakse ka lehti ja isegi varsi.

Kogutakse mets- kui ka aedvaarika täiesti valminud marju. Eelistatakse metsvaarika marju kui aromaatsemaid ja vähem vett sisaldavaid. Riknenud marjad ja juhuslikud lisandid kõrvaldatakse, siis laotatakse marjad õhukese kihina paberile või restidele, lastakse päikese käes 1—2 päeva närbuda ja kuivatatakse seejärel pliidil või ahjus temperatuuril umbes 40—50 °C.

Droogi moodustavad ühtlaselt kuivanud, hallikaspunased mittekokkukleepunud marjad nõrga aromaatse lõhnaga, hapumagusa maitsega. Droog võib sisaldada niiskust kuni 15%, pruuniks ja mustaks muutunud marju kuni 8%, kokkukleepunud marju alla 4%, marju ühes õiepõhjaga kuni 2%, pudenenud osi, mis läbivad sõela 2 mm²

suuruste avadega, alla 3%. Säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 2 aastat.

Marjad sisaldavad orgaanilisi happeid (kuni 2,2%), peamiselt sidrun- ja õunhapet, vähemal määral salitsüül-, kaproon- ja sipelghapet. Salitsüülhappest või selle derivaatidest arvatakse tingitud olevat ka marjade higileajav toime. Veel sisaldavad marjad monosahhariide (glükoos, fruktoos), vähesel määral sahharoosi (üldine suhkrusisaldus võib ulatuda kuni 10%-ni), pektiinaineid (1%), park- ja värvaineid, C-vitamiini (40 mg%), karotiini (0,3 mg%), P-vitamiini (kuni 150 mg%). Vaarika lehed aga sisaldavad C-vitamiini kuni 220 mg%.

Kasutatakse higileajava vahendina palaviku ja külmetushaiguste puhul, tavaliselt teena, mille ühekordseks annuseks võetakse 2—4 grammi droogi ½—1 klaasi keeva vee kohta. Samaks otstarbeks võib kasutada kodus korralikult valmistatud vaarika-toorhoidist, -mahla ja -siirupit. Teed tehakse ka lehtedest ja vartest. Vaarikasiirupit lisatakse apteekides lasteravimitele maitse parandamiseks.

Ka tööstuslikult toodetavat vaarikamahla võib kasutada ravimina või ravitoiduainena.

118. Mõru vahulill — *Polygala amarella* Crantz (*P. amara* auct.), *Polygalaceae.*

Emakajuur, imetisrohi, jooksvakaetus, kadedasilmarohi, kõõmahein, põldkaetis, päevaseep, rammutuhaigerohi, seebirohi, seebitserohi jne.

Истод горьковатый.

Mõru vahulill kasvab niisketel niitudel, karjamaadel, võsastikes. Ta on mitmeaastane rohttaim, 5—15 cm kõrge. Varred on püstised või tõusvad. Juurmised lehed on tömbid, paljad, kodarikuna varte ümber, suuremad kui ülemised varrelehed, mis jäävad ülalpool üha väiksemaks. Õied on väikesed, sinised, vahel rohekad, harva punakad, ebakorrapärased; õie kandeleht on õierao pikkune; tupplehed on tiivataolised, tugeva keskmise rooga, mis ei ole tipul külgroodudega võrgutaoliselt ühendatud. Vili — äraspidisüdajas, veidi lapik kupar. Õitseb maist augustini. Eesti NSV-s esineb kogu territooriumil kohati.

Ravimina kasutatakse ametlikult siberi vahulille (*Polygala sibirica* L.) ja ahtalehise vahulille (*P. tenuifolia* Willd.) juurt vahulillejuure — *radix Polygalae* üldise nime all. Eesti NSV-s neid liike ei esine. Meil kasvab metsikult vaid kolm vahulilleliiki — mõru, tups- ja aas-vahulill. Keemilisi ja farmakoloogilisi andmeid on ainult mõru vahulille kohta, aga arvatavasti sisaldavad ka tups- ja aas-vahulill vajalikul määral saponiine.

Vahulille juuri kogutakse sügisel, eraldatakse maapealne osa, raputatakse juured mullast puhtaks ja kuivatatakse siis päikese käes või tuuletõmbuselises varjualuses. Pärast kuivatamist sõelutakse juurte külge jäänud muld lõplikult välja. Ürti kogutakse taime õitsemise ajal ja kuivatatakse soojas varjulises ruumis. Soovitatav on taimi koguda kuivalt pinnaselt, sest niiskel soisel pinnasel kasvavad taimed harilikult ei sisalda mõruainet; selle tõttu on ürdi väärtus ravimina väiksem.

Kuivatatud droog on lõhnata, mõru maitsega.

Droog sisaldab saponiine, mõruainet polügamariini, eeterliku õli jälgi, lima, valku jne.

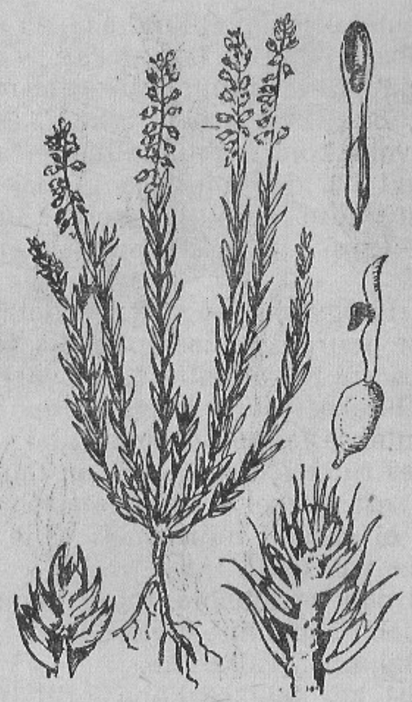
Droogi keedist kasutatakse köha, eriti bronhiidi puhul röga lahtistava vahendina. Keedise valmistamiseks võetakse 20 grammi droogi 1 klaasitäie vee kohta, keedetakse 10 minutit, lastakse jahtuda ja siis kurnatakse. Keedist võetakse 4 või 5 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga.

Nagu eespool öeldud, esinevad peale mõru vahulille Eesti NSV-s ka tups- ja aas-vahulill. Järgnevalt antakse nende taimede botaaniline kirjeldus. Rahvapärased nimed on neil samad mis mõrul vahulillel, sest rahvas ei erista neid liike üksteisest.

Tups-vahulill — *Polygala comosa* Schkuhr, *Polygalaceae.*

Истод хохлатый.

Tups-vahulill kasvab enamasti lubjarikkal pinnasel, aruniitudel, kinkudel, kangrutel, hõredates kuivades metsades, nõmmedel. Vars on tõusev või püstine, enamasti lihtne, 7—20 cm kõrge. Juurmised lehed puuduvad, lehed kõik varrel, alumised sagedasti väiksemad kui keskmised. Õied roosakad või võidunudpunakad, harva valkjad või sinised;

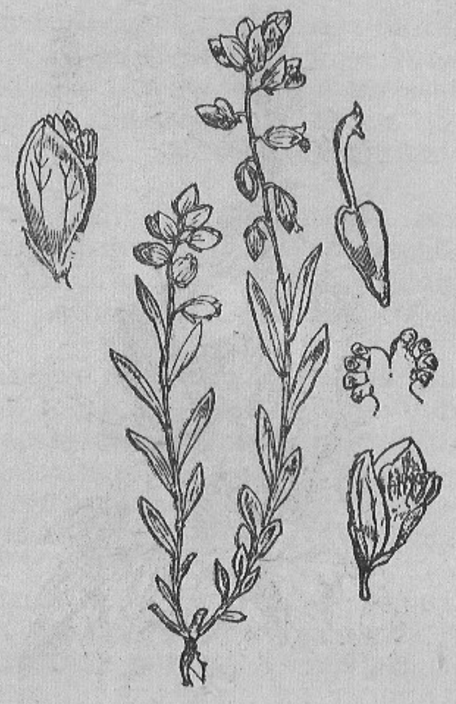


kobar paljuõieline, tihe; keskmine katteleht pikem kui õieraag, ulatub enne õie puhkemist üle õiepunga, selle tõttu näib õiekobar tupsulisena. Tiivataoliste tupplehtede otsad ümardunud, ilma ogaotsata; tupplehtede külgrood ühinevad serval võrkjalt. Vili — kupar. Õitseb maist juulini. Esineb Eesti NSV-s sagedamini põhjapoolsetes osades, harvemini Lõuna-Eestis.

Aas-vahulill — *Polygala vulgaris* L., *Polygalaceae.*

Истод обыкновенный.

Aas-vahulill kasvab kuivadel niitudel, kinkudel, mäenõlvadel, hõredates metsades, kuivades võsastikes. Ta on mitmeaastane rohttaim, 15—25 cm kõrge. Vars püstine või ka tõusev, lihtne. Alumised lehed äraspidimunajad või piklik-elliptilised, ülemised lineaalsüstjad, kõik paljad või veidi karvastunud. Õied sinised, harva roosakad või valk-



jad, õierao alusel olev katteleht ei ulatu enne õitsemist õiest üle; tiivataolised tupplehed on teravad, enamasti väikese tumedama ogaotsaga, serval võrkjalt põimunud roodudega. Vili — ümmargune kupar, tiibja servaga. Õitseb juunist augustini. Esineb sagedamini Lõuna-Eestis, Põhja-Eestis aga harva.

119. Veiste-südamerohi — *Leonurus villosus* D'Urv. (*L. quinquelobatus* Gilib.), *Labiatae.*

Lehmarohud, lehma-südamerohi, lõvisaba, roosinõges, sapirohi.

Пустырник пятилопастный, п. мохнатый, п. волосистый.

Veiste-südamerohi kasvab elamute ümbruses kõnnustutel, tarade ääres, prahipaikadel. Ta on mitmeaastane rohttaim, 30—90 cm kõrge. Vars püstine, neljakandiline, enamasti

oksine, lühikarvane, allapoole suunduvate karvadega. Alumised lehed sõrmjalt viielõhesed, sämpunult saagjad, ülemised 3—5 hõlmaga, alusel kiiljad, pikarootsulised, varrest eemale hoiduvad, mõlemalt pinnalt karvased, pealt tumerohelised, alt heledamad. Õied väikesed, valkjasroosad, asetsevad 6—15-kaupa männasena varre ümber ülemiste lehtede kaenlas; kroon nõrgalt kahehuuleline, ülemine huul tugevasti karvastunud, lame; alumise huule keskmine hõlm alusel kollakaspunaste täppidega, õitsemise lõpul servadest kokku käärdunud; krooni putkes karvaring; tupe tipmed tagasi käändunud, teravad. Vili — kolmekandiline pähklike. Õitseb juulist augustini. Eesti NSV-s tavaline, kuid siiski mitte igal pool.

Ravimina kasutatakse taime maapealset osa koos lehtedega, ürti — *herba Leonuri.*

Taimede ladvapoolne osa lõigatakse õitsemise ajal kuni 40 cm pikkuselt ja kuivatatakse tuuletõmbuselises katusealuses.

Droog koosneb loomuliku värvusega õitest, lehtedest ja varreosadest. Standardnõuded: niiskust kuni 13%, purunenud taimeosi alla 10%, pruune ja kollaseid lehti kuni 5%, varsi, mis on pikemad kui 40 cm ja jämedamad kui 4 mm, alla 3%. Säilib tarvitamiskõlblikuna kuni 3 aastat.

Droog on ebameeldiva lõhna ja mõrkja maitsega; sisaldab flavoonglükosiide (rutiin, kvinkvelosiid, isokvertsitriin), alkaloide (stahhüdriin 0,1%), glükosiiditaolisi aineid, parkaineid (5%), saponiine, C-vitamiini 500 mg%, karotinoide.

Kasutatakse närve rahustava vahendina, mille toime ületab palderjani toime 3—4-kordselt. Mõjub eriti hästi tugeva südamepekslemise, südame vahelöökide ja hirmutunde puhul. Soovitatakse klimakteeriumi ajal, langetõve korral, kõrgvererõhutõve algstaadiumis. Vererõhku alandav toime arvatakse olevat tingitud flavoonglükosiididest, rahustav toime stahhüdriinist.

Keedise valmistamiseks on droogi kogus 15 grammi 1 klaasi keeva vee kohta. Pärast jahtumist ja kurnamist võetakse 3—5 korda päevas, 1 supilusikatäis korraga. Veiste-südamerohu ürt kuulub ka rahustava tee koostisse[1].

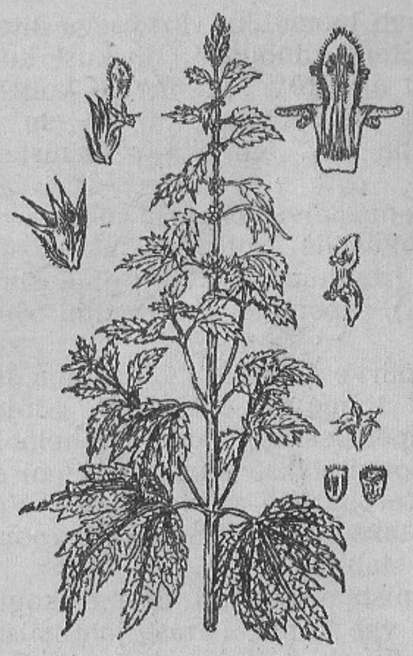
Alkoholväljatõmmatisena on apteekides veiste-südamerohu-tilgad. Võetakse 20—40 tilka 3 või 4 korda päevas.

Lääne-südamerohi — *Leonurus cardiaca* L., *Labiatae.*

Пустырник сердечный, п. обыкновенный.

Lääne-südamerohi kasvab elamute ümbruses tarade ääres, teeservadel, Eesti NSV läänesaartel ja mandri lääneosas võrdlemisi harva. Ta erineb eelmisest peaaegu paljaste väheharunenud või harunemata varte poolest. Lehed on jämesaagja servaga, ülemiselt pinnalt tumerohelised, alumiselt heledamad; alumised lehed ümmarguse või munaja piirjoonega, sõrmhõlmised, ülemised piklikud, kolmehõlmalised, munaja alusega. Õied on heleroosad, karvased,

[1] Rahustav tee: palderjanijuuri, veiste-südamerohu ürti, kööbneid, ristiköömneid — kõiki võrdses koguses; seda segu võtta 1 teelusikatäis 1 klaasi keeva vee kohta. Juua soojalt, 1 klaasitäis korraga, 3 korda päevas.



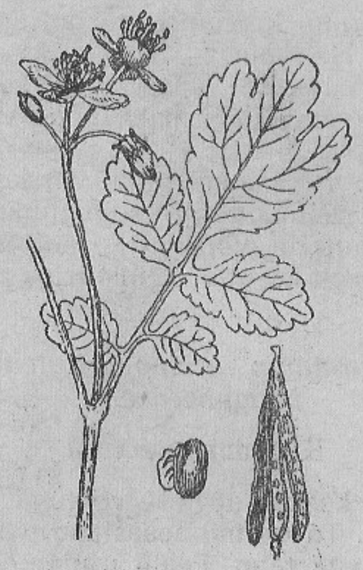
9 mm pikad. Õitseb juunist augustini. Ravimina kasutatakse ka selle liigi ürti. Keemiliselt koostiselt on ta eelmisele lähedane. On lubatud kasutada ka siberi südamerohtu (*Leonurus sibiricus* L.).

120. Vereurmarohi — *Chelidonium majus* L., *Papaveraceae.*

Annetõverohi, ihupuhastaja, kirnurohi, kuuetõberohi, parkhein, punaserohi, punasetõverohi, lehmapunad, soolatüügasterohi, sööt-iirirohi, tapukikkahain, verirohi jne.

Чистотел.

Vereurmarohi kasvab tarade ääres, parkides, varemetel, elamute ümbruses kõnnustutel, prahipaikadel, võsastikes. Ta on mitmeaastane rohttaim, 30—50 cm kõrge, lühikese haruneva juurikaga. Vars on püstine, oksine, ümmargune, hõredate karvadega; kogu taim sisaldab helekollast piimmahla. Lehed sulglõhised, pealt tumerohelised, alt sinakas-



rohelised; alumised lehed pikarootsulised, ülemised lühirootsulised, alusel sagedasti laskuvad, lehtede osad munajad, hõlmised, sopilistäkilised, õrnad. Õied kollased, nelja kroonlehega; tupplehti 2, varisevad peatselt; tolmukaid palju, kollased; sigimik lineaalne; emakakael lühike, emakasuue kahehõlmaline. Vili — kõderjas kupar. Õitseb maist oktoobrini. Esineb kogu Eesti NSV-s.

Ravimina kasutatakse vereurmarohu ürti, õitsevat taime juurteta — *herba Chelidonii*, sagedamini toorelt.

Vereurmarohi kuulub mürktaimede rühma. Ürti kogutakse kogu õitsemisperioodi kestel — maist septembrini. Taim lõigatakse noaga maha juurekaelast. Kogumisel ei tohi taime pigistada, sest pigistamisel, samuti ka murdmisel piimmahl eritub. On soovitatav vereurmarohu kogumisel kanda kindaid. Ürt kuivatatakse õhukese kihina varjulises kohas. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna 3 aastat.

Niiskust võib droogis olla kuni 14%, tumedaks ja pruuniks muutunud osi kuni 3%, orgaanilisi ja mineraalseid lisandeid minimaalselt (kuni 0,5%).

Droog sisaldab 1,9% alkaloide helidoniini, helerütiini, sangvinariini, berberiini, protopiini jt., orgaanilisi happeid, jälgedena eeterlikku õli, flavonoide, saponiine, C-vitamiini 171 mg%, karotinoide (15 mg%). Eesti NSV teadlas-

test on vereurmarohu keemilise uurimisega tegelnud farmaatsiakandidaat H. Simm.

Seespidiselt tarvitamisel oldagu ettevaatlik! Droogi on kasutatud esmajoones ägeda maksapõletiku, sapipõiepõletiku ja kollatõve puhul.

Välispidiselt on rahvameditsiinis värske mahlaga ravitud nahahaigusi, sammaspoolt, soolatüükaid, konnasilmi, sügelisi. Vereurmarohu värskeid peenestatud lehti ühes vartega on katseliselt kasutatud klistiirina pärasoole polüüpide raviks.

121. Kollane vesikupp — *Nuphar luteum* (L.) Smith, *Nymphaeaceae*.

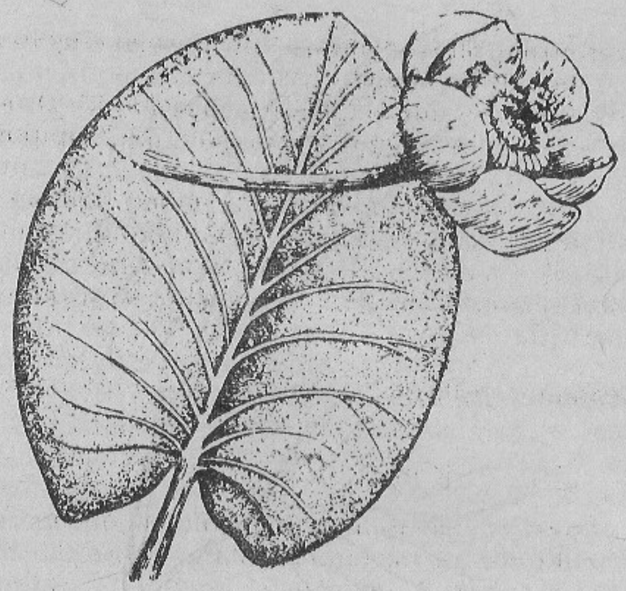
Кубышка желтая.

Kollane vesikupp kasvab aeglase vooluga jõgedes, ojades, järvedes, tiikides. Ta on mitmeaastane, väga jämeda juurikaga, ujulehtedega taim. Peale ujulehtede esinevad tal harva ka veealused lehed. Viimased on ujulehtedest õhemad, pisut kortsulised, hele- või kollakasrohelised. Ujulehtede hõlmad lehe alusel teineteisega ligistikku, enamasti tömbid. Leherootsud kolmekandilised. Õied lõhnavad. Kroonlehed tupplehtedest 3 korda lühemad. Tolmukotid piklik-lineaalsed. Õitseb juunist augustini.

Ravimite valmistamiseks kasutatakse kollase vesikupu juurikat — *rhizoma Nupharis lutei*. Juurikaid võib koguda alates augustist kuni hilissügiseni. Nad on 5—6 cm jämedad, sageli 1—1,5 m pikad, pinnalt kollakasrohelised. Juurikad tõmmatakse konksu abil veekogu põhjast välja, eemaldatakse juured. Seejärel juurikad pestakse, lõigatakse pikuti lõhki või seibideks ja kuivatatakse vilus. Seibid võib ka nöörile aetuna kuivama riputada.

Kuivanud droog koosneb välispinnalt pruunikashallidest ning hallikaskreemi või kollaka murdepinnaga tükkidest või seibidest. Droog on nõrga lõhna ja mõrkja maitsega. Standardnõuded: niiskust mitte üle 14%, pruune või mustaks muutunud juurikatükikesi mitte üle 5%.

Droog sisaldab 0,4—0,6 % alkaloide nufleiini, tiobinufaridiini, neotiobinufaridiini, α-nufaridiini, β-nufaridiini jt. Peale selle veel parkaineid, suhkruid, tärklist. Alkaloididest kõige tähtsam on nufleiin. Nufleiin on protistotsiidne vaginaaltrihhomoonaste suhtes, spermatotsiidne, bakteriostaatiline gram-positiivsete mikroobide ja fungistaatiline



patogeensete seente suhtes. Droogi kasutatakse preparaadi lutenuriini (*Lutenurinum*) valmistamiseks. See koosneb peamiselt nufleiinist ja tiobinufaridiinist. Lutenuriini väljastatakse vahutavate tablettidena. Kasutatakse eostumisvastase vahendina ja trihhomoonaste vastu urogenitaalteedes.

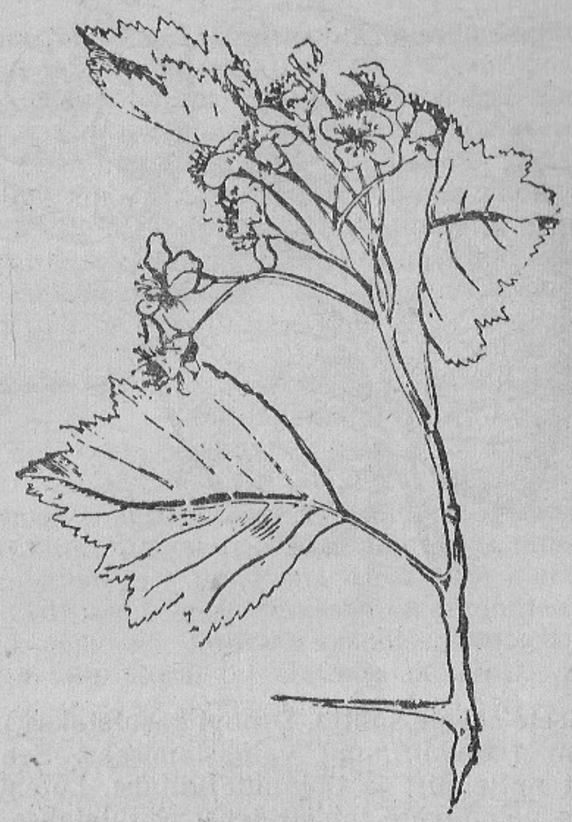
Rahvameditsiinis on kollase vesikupu juurt kasutatud valuvaigistava ja põletikuvastase vahendina seedetrakti haiguste korral, ka nahahaiguste raviks, palaviku vastu, menstruaalhäirete puhul. Juurikate söömine on põhjustanud lastel mürgitusi.

122. Verev viirpuu — *Crataegus sanguinea* Pall., *Rosaceae*.

Haukaküüdse', jahumarjapuu, jooksvapuu, leivamarjad, luupuu, mähkmarjad, okaspihelgas, türnpuu, ussiviherpuu.

Боярышник кровяно-красный.

Verev viirpuu kasvab parkides ja elamute ümbruses kultiveeritult, nende kasvukohtade läheduses aga ka metsis-



tunult. Ta on põõsas või madal (kuni 4 m kõrgune) puu. Võrsed läikivad punakaspruunid või purpurpunased, 2,5—3 cm pikkuste tumepruunide asteldega. Lehed nõrgalt 3—7-hõlmalised, 5—8 cm pikad, 3—5 cm laiad, munajad või lairombjad, terava tipuga, terveservalise kiilja laskuva alusega, pealt tumerohelised, alt heledamad, sageli mõlemalt pinnalt karvased. Leheroots 0,5—2 cm pikk. Sügisel muutuvad lehed punaseks ja varisevad varakult. Õied valged, läbimõõdus 1,5 cm, tihedates 6—10-õielistes kännastes. Emakakaelu 3 või 4. Vili veripunane, kerajas või piklik, läbimõõdus 0,8—1 cm, läbipaistev, jahukas, 3 või 4 luuseemnega. Õitseb mais, juunis, viljad valmivad septembris.

Ravimina kasutatakse peamiselt õisi — *flores Crataegi* — ja ka vilju — *fructus Crataegi*.

Õisi kogutakse õitsemise algul, kasutades seejuures

vajaduse korral aednikukääre. Vilju korjatakse sügisel, kui nad on küpsed, kuid mitte ülevalminud.

Õied kuivatatakse vilus, hea tuuletõmbusega ruumis, viljad kas päikese käes, mõõdukalt köetud ahjus või köetavas kuivatis temperatuuril mitte üle 60°.

Õied peavad olema kuivad ja kollakasvalged. Niiskust võib neis olla kuni 14%, pruuniks muutunud õisi kuni 3,5%. Viljad on ümmargused või piklikud, võrkjalt kortsunud, peaaegu loomuliku värvusega; niiskust võivad sisaldada kuni 14%, vigaseid ja üleküpseid vilju kuni 7%. Lõhn nõrk, maitse magusavõitu, kootav.

Õied ja viljad sisaldavad flavonoide: viteksiinglükosiide, kvertsetiinglükosiide (rutiin, hüperosiid jt.) ja leukoantotsüanidiini ühendeid; triterpenoidseid saponiine (aglükoonid ursool- ja oleanoolhape); parkaineid, koliini, karotiini, C-vitamiini jm. aineid. Peamisteks toimeaineteks on flavoonglükosiidide segu, leukoantotsüanidiinglükosiidid ja saponiinid.

Viirpuu preparaatidega ravitakse südamehäireid, nagu virvendav arütmia (ebakorrapärane virvendav südamepekslemine), paroksüsmaalne tahhükardia (korrapäratu kramplik südamepekslemine), angioneuroosi ja hüpertooniatõbe.

Tarvitatakse viirpuu õite või marjade vedelekstrakti või õite tinktuuri, võttes 20 kuni 30 tilka enne söömist. Need preparaadid kuuluvad ka südameravimi k a r d i o v a l e e n i koostisse (seda võetakse kõrge vererõhu puhul 3 korda päevas kuni 50 tilka korraga). Rahvameditsiinis on viirpuu vähetuntud.

Vereva viirpuu kõrval kasutatakse ka mitmete teiste viirpuuliikide õisi ja vilju. Praktilist kasutamist on leidnud järgmised liigid:

Tömbilehine viirpuu — *Crataegus oxyacantha* L., *Rosaceae*.

Боярышник колючий.

Tömbilehise viirpuu oksastiku koor on noorelt punakaspruun, veidi karvastunud, vanemalt aga hallikas või paljas; siin ja seal on 0,5—1,5 cm pikkusi astlaid. Lehed tavaliselt paljad, veidi hõlmised, 3 (5) tömbi hõlmaga. Õied valged või roosad, läbimõõdus 1,2—2,0 cm, 5—10-õielistes

õisikutes. Viljad on ümarmunajad kuni ovaalsed, pruunikaspunased, kollaka lihaga. Pargipuuna (kõrgus kuni 4 m) või ilupõõsana esineb meil võrdlemisi harva. Eelistab merelist kliimat. Karmidel talvedel kipub külmuma.

Viie-emakaline viirpuu — *Crataegus pentagyna* Waldst. et Kit., *Rosaceae.*

Боярышник пятипестичный.

Viie-emakaline viirpuu on 3—8 m kõrgune puu, sageli aga kasvab mitmeharulise põõsana. Noored võrsed hallid või hallikaspruunid, vanemad võrsed hallid, karvadeta. Astlaid vähe, 0,5—1 cm pikad. Lehed 5—7-hõlmalised, alumises osas lõhised, munajad. Noored lehed pealt karvased, hiljem paljad, alt rohkem või vähem karvased, heledamad, tuhkjad. Õied rohkearvulistes kännastes, valged. Vili must või purpurjasmust, vahakirmega ja punaka lihaga.

Üheemakaline viirpuu — *Crataegus monogyna* N. J. Jacq., *Rosaceae.*

Боярышник однопестичный.

Üheemakaline viirpuu on kõrge põõsas või madal (kuni 5 m kõrgune) puu, mis võib kasvada kuni 25 cm jämedu-

seks. Astlad puuduvad või neid on vähe, 0,6—1 cm pikad. Võrsed paljad või ainult noorelt viltjaskarvased, noorelt punakaspruunid, vanemalt pruunikashallid. Lehtede hõlmadevahelised väljalõiked laiemad kui harilikul viirpuul. Õied valged, emakakaelu üks. Vili piklik, tume- või pruunpunane, ühe pikliku luuseemnega (kiviga), mis on külgedelt pisut kokkusurutud õnarustega. Kasvab puisniitudel, jõekallastel, metsaservadel, enamasti üksikult. Eesti NSV-s esineb Noarootsis ja Matsalu lahe piirkonnas.

Keemiliselt eelmiste sarnane. Viteksiinglükosiidid sisaldavad atsetüülrühma.

Harilik viirpuu — *Crataegus curvisepala* Lindm. (*C. monogyna* auct., *C. kyrtostyla* Fing.), *Rosaceae.*

Боярышник согнутостолбиковый.

Harilik viirpuu on noorelt sageli põõsas, hiljem kuni 5 (8) m kõrgune puu. Noored võrsed punakaspruunid,

vanemad kollakashallid, 0,5—1,5 cm pikkuste asteldega. Lehed sügavalt lõhised, 3—5 terava hõlmaga. Õied valged. Emakakaelu üks (kõverdunud). Viljad piklik-elliptilised, kuni 1,5 cm pikad, läbimõõdus kuni 1,1 cm, punased, heledamad kui üheemakalisel viirpuul. Meil looduslikult rohkesti levinud Saaremaal, Hiiumaal, samuti mandri loodeosas; kasvab hõredates metsades, puisniitudel, võsastikes. Keemiliselt uuritud Harkovis. Sisaldab 10 flavoonglükosiidi. Kasutatakse preparaadi *Crataesidum* valmistamiseks.

Eesti NSV-s esineb pargi- ja ilupuudena või -põõsastena ka teisi viirpuuliike. Tõenäoliselt peaksid ka need droogi andma, kuid neid on alles vähe uuritud.

123. Harilik võilill — *Taraxacum officinale* Wigg., *Compositae.*

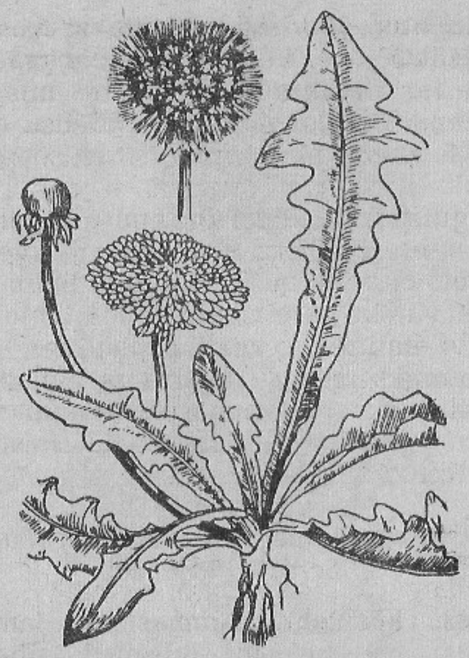
Hunditorud, kollalill, kuldohakas, meelill, piimalill, piimahain, põrundhaigerohi, seanupud, seapiimarohi, seaõitsed, võihain, võikann, võiroos, võiuninn jne.

Одуванчик лекарственный.

Harilik võilill kasvab õuedel, teeservadel, tarade ääres, ka niitudel, võsastikes, metsaservadel ja mujal. Ta on mitmeaastane rohttaim, sügavale maa sisse tungiva jämeda juurega. Vars (õieraag) on 15—30 cm kõrge, püstine või ka tõusev, aga alati seest õõnes ja piimmahlaga. Lehed juurmise kodarikuna, sügavalt hõlmised, kaarhambulised, kummalgi pool pearoodu 3—6 tagasipöördunud hamba või hõlmaga. Õied varre otsas üksikult, kuldkollased või ka helekollased, nähtavad peamiselt keelõied; korvõisik võrdlemisi suur; välised kattelehed lineaalsed või lineaalsüstjad, tagasi käändunud. Vili pika nokaga, raoline, pikkade lendkarvadega, mis valminud viljadel hoiduvad sirmina laiali. Õitseb maist septembrini. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Ravimina kasutatakse võilille juurt — *radix Taraxaci.*

Juurt kogutakse hilissuvel ja sügisel, alates augusti lõpust, kui lehed hakkavad närtsima. Kogumine kestab oktoobri lõpuni. Hargiga või labidaga kaevatakse juured välja, puhastatakse mullast ning eraldatakse maapealsed osad koos juurekaelaga ja narmasjuured. Juured pestakse



ja pannakse nõrguma. Kuivatatakse varjulises tuuletõmbuselises ruumis ja lõpuks köetud toas või kuivatis ühe kihina. Droog säilib tarvitamiskõlblikuna 5 aastat.

Droogiks on kuni 12 cm pikkused kuivanud, kergesti murduvad juured, väljast pruunikad, murdepinnalt valkjad; koore all hallikas kiht pruunikate ringidega; südamik kollakas. Droog on nõrga lõhnaga, mõru maitsega. Niiskust võib droogis olla kuni 14%, halvasti puhastatud juuri ühes juurekaelaga alla 4%, vanu, kergesti lahti tuleva koorega juuri kuni 2%, musta või pruuni murdepinnaga juuri alla 10%, peenikesi juuri (pikkus kuni 2 cm) mitte üle 5%.

Juured sisaldavad kuni 40% inuliini, kuni 20% suhkruid, tundmata koostisega mõruglükosiidi taraksatsiini, mis asub koos vaikainetega piimmahlas, triterpeenalkohole. Õisikud ja lehed sisaldavad karotinoide ja triterpeenalkohole (arnidiool, faradiool). Mõnede autorite arvates on mõruaineks korvõielistele iseloomulik laktoon laktukopikriin.

Enamik kogutud juurtest kasutatakse vastavates tehastes paksekstrakti — *extractum Taraxaci spissum* — tootmiseks; seda tarvitatakse peamiselt ravimpillide valmistamisel abiainena, aga ka ravimina söögiisu äratamiseks ja kõhukinnisuse korral ning sapinõristust soodustava vahendina.

Harva kogutakse kevadel õitsemise algul võilille juuri koos maapealsete osade, s. o. lehtede ja õiepungadega — *radix Taraxaci cum herba*. Ravimina toimib sel juhul peamiselt taime värske piimmahl, milles leidub palju mineraalaineid, vitamiine ja veidi saponiine. Värsket mahla peetakse ravimiks maksa-, neeru- ja nahahaiguste puhul ning kevadel heaks «verepuhastusvahendiks».

Mõnel maal (Itaalias, Prantsusmaal) kasutatakse noori lehti ka salatina.

124. Üheksavägine — *Verbascum thapsus* L., *Scrophulariaceae*.

Hunditubakas, kärnleht, lammasleht, lammas-kärnleht, tilder, tülgas, ussiüheksad, üdismed, üheksamehevägi, üheksaväerohi, üheksahaavalehed, üikspuu, üiksved jne.

Медвежье ухо, коровяк.

Üheksavägine (vägiheina perekonnast) kasvab kõrgetel seljakniitudel, sagedamini siiski kruusaaukudes, paemurdudes, raiesmikel, liivaseljakutel, nõmmedel. Ta on kaheaastane taim käävja oksise juurikaga. Vars on püstine, kuni 2 m kõrge, tihedalt viltjas, laskuvatest lehtedest tiivuline, lihtne või õisiku alt oksine. Lehed on piklikmunajad, ahenevad lühikeseks rootsuks, peenetäkilised, tömbid või teritunud, järgmise leheni allalaskuvad, pealt ja alt tihedalt karvastunud, kortsus. Õiekroon ebakorrapärane, ratasjalt lehterjas, 5 tipmega, helekollane, 12—20 mm lai; 2 pikemat tolmukaniiti 3—4 korda nii pikad kui nende lühike, laskuv tolmukapea; emakasuue nutitaoline; õied kahe- kuni viiekaupa kimbus, lihtsa kobarana või peana, õieraod lühemad kui tupp. Õitseb juulist septembrini. Esineb Eesti NSV-s kõikjal.

Ravimina kasutatakse peamiselt vägiheinte õite kroonlehti — *flores Verbasci*.

Kogutakse ainult kroonlehti, ilma tupplehtedeta, kuiva ilmaga, hoidudes vähimastki pigistusest, sest siis muutu-

vad nad pruuniks. Varisenud kroonlehti ei koguta, sest ka need muutuvad pruuniks, vihmaga kogutud õied samuti. Et õied püsivad taimel enamasti vaid paar päeva, tuleb kroonlehti koguda võimalikult iga päev. Seepärast on kultuuridest kogumine otstarbekam. Kogutud kroonlehed pannakse otsekohe õhukese ühekordse kihina varjulises kohas tuuletõmbuses või ahjupealsel kuivama.

Droog koosneb helekollastest kroonlehtedest koos tolmukatega, on nõrga lõhna ja magusavõitu maitsega. Niiskust võib sisaldada kuni 14%, tumedaks muutunud õisi alla 3%, muid taimeosi kuni 2%, purunenud ja peenikesi osi, mis läbivad 2 mm^2 suuruste avadega sõela, kuni 4%. On soovitatav hoida droogi kuivas ruumis, hästi suletud nõudes, et vältida ta niiskumist.

Droog sisaldab rohkesti lima, suhkruid (10%), happelisi ja neutraalseid saponiine, flavooni derivaate (kuni 4%), karotinoide, eeterlikku õli.

Üheksavägist kasutatakse pehmendava, katva ja röga lahtistava vahendina köha ja kopsukatarri puhul. Kuulub ka rinnateede koostisse. Rahvameditsiinis on tarvitatud

neeru- ja põiehaiguste korral. Teed ja värskete lehtede putru on kasutatud välispidiselt haavade ja ohatiste raviks ning varbavahede haudumise puhul. Tee ühekordse annuse valmistamiseks võetakse 2 grammi (umbes teelusikatäis) droogi ½ klaasi keeva vee kohta, keedetakse 5 minutit, lastakse jahtuda ja kurnatakse. Juuakse 3 või 4 korda päevas. Sama teed võib tarvitada ka kuristamiseks või välispidiselt.

Apteekides kasutatakse esmajoones kõrget vägiheina (*Verbascum thapsiforme* Schrad.) ja karvast vägiheina (*V. phlomoides* L.). Neid Eesti NSV-s metsikult ei esine. Seepärast on lubatud kasutada üheksavägist, mis on sama väärtusega. Ei lubata aga kasutada musta vägiheina (*V. nigrum* L.), mis kasvab meil vahel sagedamini kui üheksavägine. Must vägihein erineb üheksavägisest selle poolest, et tema lehed pole varrel laskuvad, on pealt tumerohelised ja mitte viltjalt karvased. Õieraod on tupest pikemad, õied tumekollased ja kõik viis tolmukaniiti kattunud violetsete villkarvadega. Varre kõrgus kuni 1 m. Õitseb samal ajal kui üheksavägine.

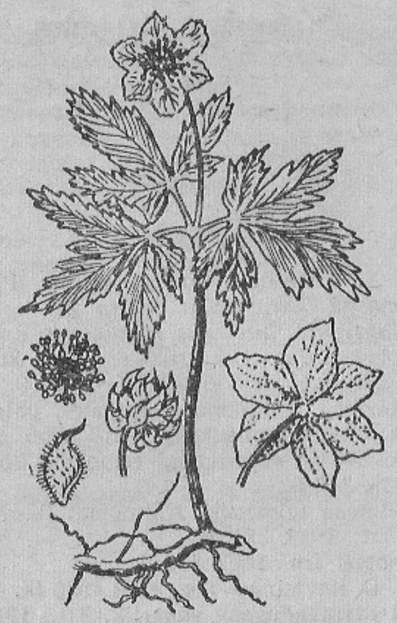
125. Võsaülane — *Anemone nemorosa* L., *Ranunculaceae*.

Harakaninn, külmaõlas, lumekannike, lumelill, mahlakannike, valgelill, varesjalg jne.

Ветреница дубравная, в. белая

Võsaülane kasvab metsaservadel, puisniitudel, niisketel aruniitudel, võsastikes. Püstisel, 6—15 cm kõrgusel siledal varrel on männasena asetunud kolm lühivarrelist, aga sügavalt jagust lehte. Lehtede keskelt tõuseb õieraag, mille otsas on üksainus lumivalge õis vähemärgatavate roosakate joontega. Kroonlehti on 6—8, nende keskel hulk tolmukaid ja emakaid. Varre all on maasisene, umbes hanesulejämedune ümmargune pruunikas juurikas, mis kasvab igal aastal mõne sentimeetri edasi, kõdunedes vanemas osas umbes niisama palju. Õitseb aprillis ja mais. Eesti NSV-s esineb kõikjal.

Keemiliselt on võsaülane lähedane kibedale tulikale, sisaldades samuti ranunkuliini.



Ülast ametlikult apteekides ei kasutata. Rahvameditsiinis on teda tarvitatud reuma puhul. Ülasega ravimisel tuleb aga olla ettevaatlik, sest ta võib tekitada ville ja raskesti paranevaid haavandeid.

Kollane ülane — *Anemone ranunculoides* L., *Ranunculaceae*.

Ветреница лютиковая.

Kollane ülane kasvab leht- ja segametsades, metsaservadel, põõsastikes. Ta on mitmeaastane rohttaim, kõrgusega 20—30 cm. Õied kollased. Keemiliselt eelmisele lähedane. Rahvameditsiinis kasutatud samuti nagu võsaülast.

Kasutatud kirjandus

Aleksandrov, B. Vitamiinid taimedest. Tln., 1962. 146 lk.
Botaanika oskussõnastik. Tartu, 1929. 60 lk.
Eesti NSV floora. Eesti NSV Teaduste Akadeemia Zooloogia ja Botaanika Instituudi väljaanne. Tln., I, 2. trükk — 1960, 265 lk., II, 2. trükk — 1962, 532 lk., III — 1959, 536 lk., IV — 1969, 766 lk.
Eesti taimede määraja. Abiraamat sõnajalg-, paljasseemne- ja katteseemnetaimede tundmaõppimiseks. Tln., 1966. 1187 lk.
Taimemääraja. Eesti NSV-s sagedamini esinevaid kõrgemaid eos- ja õistaimi. Tln., 1948. 349 lk.
Enari, L., jt. Kodumaa taimestik. Abiraamat Eesti kõrgemate taimede määramiseks. Trt., 1943. 351 lk.
Laas, E. Dendroloogia. Tln., 1967. 672 lk.
Maškovski, M. D. Raviained. Tln., 1961. 930 lk.
Niggol, H. Eesti arstiteadusline sõnastik. Trt., 1914. 149 lk.
Taimede välimääraja. Käsiraamat kõrgemate taimede tundmaõppimiseks. Tln., 1972. 528 lk.
Tammeorg, J. Ravimtaimede kogumise juhend. Informatsioon nr. 1. Tln., 1958. 32 lk.
Valdes, A., Veski, J. Kogu eestikeelseid arstiteaduslisi oskussõnu. Trt., 1924. 68 + VIII lk.
Wallner, R. Arstirohtude ladina-eestikeelne sõnastik. Trt., 1920. 48 lk.
Wallner, R. Eesti rahvarohtude sõnastik. Käsiraamat apteekritele ja arstidele. Tln., 1929. 170 lk.
Vilberg, G. Eesti taimestik koolidele. Abiraamat taimede tundmaõppimiseks. 2. trükk. Trt., 1925. 259 lk.
Vilberg, G. Meie kodumaa taimi rahva käsitluses. Trt., I — 1934, 128 lk., II — 1935, 256 lk.
Атлас лекарственных растений СССР. М., 1962. 703 с.
Булатов П. К., Березина М. П., Якимов П. А. Чага и ее лечебное применение. Л., 1959. 334 с.
Гаммерман А. Ф. Курс фармакогнозии. Л., 1967. 703 с.
Гаммерман А. Ф. (при участии К. Ф. Блиновой, П. Т. Кондратенко и С. Д. Кур). Справочник по сбору лекарственных растений. М., 1959. 287 с.
Гаммерман А. Ф., Шупинская М. Д., Яценко-Хмелевский А. А. Растения целители. М., 1963. 423 с.
Государственная фармакопея СССР. Изд. X. М., 1968. 1079 с.
Землинский С. Е. Лекарственные растения СССР. М., 1958. 610 с.
Кондратенко П. Т., Кур С. Д., Рожко Ф. М. Заготовка, выращивание и обработка лекарственных растений. М., 1965. 346 с.
Нейштадт М. И. Определитель растений средней полосы Европейской части СССР. Изд. III. М., 1948. 476 с.
Рожков М. И., Смирнов Н. Е. Витаминные растения. М., 1956. 196 с.
Рычин Ю. В. Деревья и кустарники лесов, парков, садов и полезащитных лесонасаждений средней полосы Европейской части СССР. Определитель. М., 1950. 188 с.
Станков С. С. Дикорастущие полезные растения СССР. Описание основных лекарственных, пищевых и технических растений СССР, способ их сбора, сушки и заготовок. М.—Л., 1951, 315 с.
Турова А. Д. Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1967. 692 с.
Шасс Е. Ю. Фитотерапия. М., 1952. 218 с.
Энциклопедический словарь лекарственных, эфирномасличных и ядовитых растений. М., 1951, 487 с.
Bäcker, K. O., Lucass, R. Der Kräutergarten. Berlin, 1940. 371 S.
Gildemeister, E., Hoffmann, F. Die Ätherischen Öle. IV Aufl. Band VI. Berlin, 1961. 644 S.
Karsten, G., Weber, U., Stahl, E. Lehrbuch der Pharmakognosie. Jena, 1962. 642 S.
Steinegger, E., Hänsel, R. Lehrbuch der Pharmakognosie. Berlin, Heidelberg, New-York, 1968. 531 S.
Teuscher, E. Pharmakognosie, I u. II. Berlin, 1970. 381 S.

Taimede eestikeelne register

aasosi 161
aasristik 198
aas-vahulill 260
aed-liivatee 109
aed-moorputk 135
aedporgand 179
aedsalvei 205
aedvaak 254
altee 16
angervaks, harilik 18
aroonia, must 19
arukask 50
astelpaju, harilik 21
belladonna, must 48
bergeenia, kahelehine 23
haisev jooksjarohi 39
hallikas harakalatv 26
hall lepp 103
hanijalg 24
harakalatv, hallikas 26
harakalatv, põld- 25
harilik angervaks 18
harilik astelpaju 21
harilik hobukastan 30
harilik jõhvikas 41
harilik kadakas 43
harilik kibuvits 56
harilik kikkaputk 58
harilik kopsurohi 71
harilik kukerpuu 75
harilik kuusk 82
harilik käokuld 89
harilik lina 110
harilik linnurohi 111
harilik lodjapuu 113
harilik lõhnhein 115
harilik maasapp 120
harilik maavits 123
harilik mustikas 136
harilik mänd 138
harilik nurmenukk 148
harilik nääг 151
harilik ogaõun 156
harilik orashein 158
harilik palderjan 170
harilik pihlakas 174
harilik pune 182
harilik päevalill 184
harilik pärn 186
harilik rabarber 192
harilik raudrohi 195
harilik saialill 203
harilik seebilill 207
harilik sibul 208
harilik sinilill 217
harilik sügislill 231
harilik tamm 233
harilik tatar 234
harilik toomingas 241
harilik vaarikas 256
harilik viirpuu 271
harilik võilill 272
heinputk 27
helekollane sõrmkübar 225
hiirekõrv 28
hobukastan, harilik 30
hobuoblikas 153
humal 32
huulhein, pikalehine 36
huulhein, vahelmine 36
huulhein, ümaralehine 34
hõberemmelgas 166
igihali, väike 36
iminõges, valge 37
islandi käokõrv 91
jaapani soofora 236
jooksjarohi, haisev 39
jõhvikas, harilik 41
kadakas, harilik 43
kahelehine bergeenia 23
kail, soo- 218
kalmus 45
kanarbik 47
kapsasrohi, must 212
kapsasrohi, sarepta 210
kartuliroos 57
karukold 66
karumustikas 48
karvane vägihein 276
kask, aru- 50
kask, soo- 51
kassiurb, mets- 55
kassiurb, soo- 54
kattekold 68
kaunis sügislill 232
keskmine teeleht 238
kibe tulikas 243
kibuvits, harilik 56
kibuvits, koera- 58
kibuvits, mets- 57
kikkaputk, harilik 58
kirburohi, mõru 60
kirburohi, väike 61
kirbu-teeleht 240
koera-pöörirohi 62
koera-kibuvits 58
koirohi 64
kold, karu- 66
kold, katte- 68
kold, ungru- 69
kold, vares- 68
kollane mesikas 131
kollane vesikupp 266
kollane ülane 277
kolmisruse 202
konnaosi 161
kopsurohi, harilik 71
kukekannus, kõrge 72
kukekannus, põld- 74
kukemagun 127
kukerpuu, harilik 75
kummel, lõhnav 80
kummel, tee- 76
kurdlehine rabarber 193
kurdlehine roos 57
kuusk, harilik 82
kõrge kukekannus 72
kõrge vägihein 276
kõrvenõges 83
kõrvits 85
kõrvits, muskaat- 87
kähar münt 144
käoking, sinine 87
käokuld, harilik 89
käokõrv, islandi 91
kärnoblikas 154
köömen 93
küüslauk 95
laiuv sõnajalg 120
leeder, must 96
leeder, punane 98
leesikas 99
leeskputk 101
lepp, hall 103
lepp, sang- 104
leusea 106
liht-naistepuna 146
liivatee, aed- 109
liivatee, nõmm- 107
liivmagun 127
lina, harilik 110
linnurohi, harilik 111
lodjapuu, harilik 113
lõhnav kummel 80
lõhnhein, harilik 115
lõhnhein, lääne- 117
lääne-südamerohi 263
maarja-sõnajalg 117
maasapp, harilik 120
maasapp, väike 121
maasikas, mets- 122
maavits, harilik 123
magun, kuke- 127
magun, liiv- 127
magun, põld- 127
magun, uni- 125
maikelluke 175
mais 127
maran, tedre- 129
mesikas, kollane 131
mesiohakas, sinine 134
mesiohakas, valkjas 133
mets-kassiurb 55
mets-kibuvits 57
metsmaasikas 122
metsosi 161
moorputk, aed- 135
muskaatkõrvits 87
must aroonia 19
must belladonna 48
must kapsasrohi 212
must leeder 96
must pässik 188
must sinep 212
must sõstar 227
must vägihein 276
mustikas, harilik 136
mõru kirburohi 60
mõru vahulill 258
mänd, harilik 138
münt, kähar 144
münt, pipar- 142
münt, roheline 144
mürkputk 145
naistepuna, liht- 146
naistesõnajalg 119
nurmenukk, harilik 148
nõges, kõrve- 83

nõges, raud- 84
nõmm-liivatee 107
näär, harilik 151
näär, suur 152
oblikas, hobu- 153
oblikas, kärn- 154
oblikas, tõmbilehine 155
ogaõun, harilik 156
ohtene sõnajalg 119
orashein, harilik 158
osi, aas- 161
osi, konna- 161
osi, mets- 161
osi, põld- 160
osi, soo- 161
paakspuu 162
paganapea, põld- 55
paiseleht 164
pajud 166
palderjan, harilik 170
palukas 177
pihlakas, harilik 174
piibeleht 175
pikalehine huulhein 36
piparmünt 142
pohl 177
porgand, aed- 179
punane leeder 98
punanupp, ürt- 181
pune, harilik 182
põld-harakalatv 25
põld-kukekannus 74
põldmagun 127
põldosi 160
põld-paganapea 55
põld-varesjalg 74
päevalill, harilik 184
pärn, harilik 186
pärn, suurelehine 188
pässik, must 188
pöörirohi, koera- 62
raagremmelgas 168
rabarber, harilik 192
rabarber, kurdlehine 193
rabarber, tanguudi 190
rabe remmelgas 167
rass 194
raudnõges 84
raudrohi, harilik 195
reiarohi, sööt- 229
remmelgas, hõbe- 166
remmelgas, raag- 168
remmelgas, rabe 167
ripsmeline sõrmkübar 227
ristik, aas- 198
ristik, valge 197
roos, kartuli- 57
roos, kurdlehine 57
roostevärvi sõrmkübar 227
rukkilill 200
ruse, kolmis- 202
saialill, harilik 203
salvei, aed- 205
sanglepp 104
sarepta kapsasrohi 210
sarepta sinep 210
seebilill, harilik 207
siberi südamerohi 264
sibul, harilik 208
sinep, must 212
sinep, sarepta 210
sinep, valge 213
sinilatv 214
sinilill, harilik 217
sinine käoking 87
sinine mesiohakas 134
soofora, jaapani 236
sookail 218
sookask 51
soo-kassiurb 54
soolikarohi 220
soo-osi 161
surmaputk, täpiline 221
suurelehine pärn 188
suur näär 152
suur teeleht 236
sõnajalg, laiuv 120
sõnajalg, maarja- 117
sõnajalg, naiste- 119
sõnajalg, ohtene 119
sõrmkübar, helekollane 225
sõrmkübar, ripsmeline 227
sõrmkübar, roostevärvi 227
sõrmkübar, verev 223
sõrmkübar, villane 226
sõstar, must 227
sööt-reiarohi 229
südamerohi, lääne- 263
südamerohi, siberi 264
südamerohi, veiste- 261
sügislill, harilik 231
sügislill, kaunis 232
süstlehine teeleht 239
tamm, harilik 233
tanguudi rabarber 190
tatar, harilik 234
tedremaran 129
teekummel 76
teeleht, keskmine 238
teeleht, kirbu- 240
teeleht, suur 236
teeleht, süstlehine 239
toomingas, harilik 241
tulikas, kibe 243
tungaltera 245
tups-vahulill 259
täpiline surmaputk 221
tõmbilehine oblikas 155
tõmbilehine viirpuu 269
türnpuu 248
ubaleht 249
ubinhein 80
ungrukold 69
unimagun 125
ussikeel 251
ussitatar 252
vaak, aed- 254
vaarikas, harilik 256
vabarn 256
vahelmine huulhein 36
vahulill, aas- 260
vahulill, mõru 258
vahulill, tups- 259
valge iminõges 37
valge ristik 197
valge sinep 213
valkjas mesiohakas 133
varesjalg, põld- 74
vareskold 68
veiste-südamerohi 261
vereurmarohi 264
verev sõrmkübar 223
verev viirpuu 267
vesikupp, kollane 266
viie-emakaline viirpuu 270
viirpuu, harilik 271
viirpuu, tõmbilehine 269
viirpuu, verev 267
viirpuu, viie-emakaline 270
viirpuu, üheemakaline 270
villane sõrmkübar 226
võilill, harilik 272
võsaülane 276
vägihein, karvane 276
vägihein, kõrge 276
vägihein, must 276
väike igihali 36
väike kirburohi 61
väike maasapp 121
üheemakaline viirpuu 270
üheksavägine 274
ülane, kollane 277
ülane, võsa- 276
ümaralehine huulhein 34
ürt-punanupp 181

Taimede venekeelne register

Аир болотный 45
Аконит синий 87
Алтей лекарственный 16
Багульник болотный 218
Бадан толстолистный 23
Барбарис обыкновенный 75
Барвинок малый 36
Бедренец камнеломковый 151
Бедренец большой 152
Безвременник осенний 231
Белена черная 62
Белладонна 48
Береза бородавчатая 50
Береза пушистая 51
Бессмертник песчаный 89
Богородская трава 107
Борец аптечный 87
Боярышник колючий 269
Боярышник кровяно-красный 267
Боярышник однопестичный 270
Боярышник пятипестичный 270
Боярышник согнутостолбиковый 271
Бредина 168
Брусника 177
Бузина черная 96
Валериана лекарственная 170
Василек синий 200
Вахта трехлистная 249
Вереск обыкновенный 47
Ветла 166
Ветреница дубравная, в. белая 276
Ветреница лютиковая 277
Вех ядовитый 145
Водяной перец 60
Глухая крапива 37
Горец перечный 60
Горец птичий 111
Горец змеиный 252
Горчица белая 213
Горчица сарептская 210
Горчица черная 212
Гречиха посевная 234
Грыжник голый, г. гладкий 229
Девясил высокий 254
Дикий калган 129
Донник лекарственный 131
Дуб обыкновенный, д. черешчатый 233
Дубровка 129
Дудник лесной 27
Дурман обыкновенный 156
Душица обыкновенная 182
Дягиль лекарственный 58
Ель европейская 82
Желтушник левкойный 25
Жестер (жостер) слабительный 248
Живокость высокая 72
Завязник 129
Зверобой обыкновенный 146
Земляника лесная 122
Змеевик 252
Золототысячник зонтичный 120
Зубровка душистая 115
Зубровка южная 117
Ива 166
Ива белая 166
Ива козья 168
Ива ломкая 167
Исландский мох 91
Истод горьковатый 258
Истод обыкновенный 260
Истод хохлатый 259
Калган дикий 129
Калина обыкновенная 113
Клевер ползучий, к. белый 197
Клевер луговой, к. красный 198
Клюква 41
Конский каштан обыкновенный 30
Коровяк 274
Крапива двудомная, к. обыкновенная 83
Красавка белладонна 48
Кровохлебка аптечная, к. лекарственная 181
Крушина ольховидная, к. ломкая 162
Крушина слабительная 248
Кубышка желтая 266
Кукуруза 127
Лабазник вязолистный 18
Ландыш майский 175
Лапчатка гусиная 24
Левзея сафлоровидная 106
Лен обыкновенный 110
Липа крупнолистная 188
Липа мелколистная 186
Лук посевной 95
Лук репчатый 208
Любисток лекарственный 101
Лютик едкий 243
Мак снотворный 125
Малина обыкновенная 256
Маралий корень 106
Мать-и-мачеха 164
Медвежье ухо 274
Медуница лекарственная 71
Можжевельник обыкновенный 43
Мордовник обыкновенный 134
Мордовник шароголовый 133
Морковь посевная 179
Мыльнянка лекарственная 207
Мята перечная 142
Наперстянка красная 223
Наперстянка крупноцветковая 225
Наперстянка шерстистая 226
Ноготки лекарственные 203
Облепиха крушиновая 21
Одуванчик лекарственный 272
Ольха серая, о. белая 103
Ольха черная, о. клейкая 104
Омег пятнистый 221
Папоротник мужской 117
Паслен сладкогорький 123
Пастернак посевной 135
Пастушья сумка обыкновенная 28
Первоцвет лекарственный, п. весенний 148
Перелеска обыкновенная 217
Пижма обыкновенная 220
Плаун баранец 69
Плаун булавовидный 66
Плаун годовалый, п. годичный 68
Плаун обоюдоострый, п. сплюснутый 68
Подорожник блошиный 240
Подорожник большой 236
Подорожник ланцетный 239
Подорожник средний 238
Подсолнечник однолетний 184
Полынь горькая 64
Птичья гречиха 111
Пустырник обыкновенный, п. сердечный 263
Пустырник пятилопастный, п. мохнатый, п. волосистый 261
Пырей ползучий 158
Ракита 167
Раковые шейки 252
Ревень волнистый 193
Ревень тангутский 190
Ревень черноморский 192
Роза седая, р. Афцелиуса 56
Ромашка аптечная, р. лекарственная 76
Ромашка пахучая 80
Росянка круглолистная 34
Рябина обыкновенная 174
Рябина черноплодная 19
Синюха лазуревая, с. голубая 214
Синяк обыкновенный 251
Смородина черная 227
Сосна обыкновенная 138
Спорынья 245
Спорыш 111
Стальник пашенный 39
Сушеница болотная 54
Таволга 18
Тимьян обыкновенный 109
Тимьян ползучий 107
Тмин обыкновенный 93
Толокнянка лекарственная, т. обыкновенная 99
Трифоль 249
Тыква обыкновенная 85
Тысячелистник обыкновенный 195
Хвощ полевой 160
Хмель обыкновенный 32
Чабрец 107
Чага 188
Череда трехраздельная 202
Черемуха обыкновенная, ч. кистевая 241
Черника 136
Чернокорень лекарственный 194
Чеснок 95
Чистотел 264
Шалфей лекарственный 205
Шиповник 56
Щавель конский 153
Щавель курчавый 154
Щавель туполистный 155
Щитовник мужской 117
Яснотка белая 37

Taimede ladinakeelsete nimede register

Achillea millefolium 195
Aconitum napellus 87
Acorus calamus 45
Aesculus hippocastanum 30
Agropyron repens 158
Allium cepa 208
Allium sativum 95
Alnus glutinosa 104
Alnus incana 103
Althaea officinalis 16
Anemone nemorosa 276
Anemone ranunculoides 277
Angelica archangelica 58
Angelica sylvestris 27
Archangelica officinalis 58
Arctostaphylos uva-ursi 99
Aronia melanocarpa 19
Artemisia absinthium 64
Atropa belladonna 48
Athyrium filix-femina 119
Berberis vulgaris 75
Bergenia crassifolia 23
Betula pendula 50
Betula pubescens 51
Bidens tripartitus 202
Brassica juncea 210
Brassica nigra 212
Calendula officinalis 203
Calluna vulgaris 47
Capsella bursa-pastoris 28
Carum carvi 93
Centaurea cyanus 200
Centaurium minus, C. umbellatum 120
Centaurium pulchellum 121
Cetraria islandica 91
Chelidonium majus 264
Cicuta virosa 145
Claviceps purpurea 245
Colchicum autumnale 231
Colchicum speciosum 232
Conium maculatum 221
Consolida regalis 74
Convallaria majalis 175
Crataegus curvisepala, C. kyrtostyla 271
Crataegus monogyna 270
Crataegus oxyacantha 269
Crataegus pentagyna 270
Crataegus sanguinea 267
Cucurbita moschata 87
Cucurbita pepo 85
Cynoglossum officinale 194
Datura stramonium 156
Daucus sativus 179
Delphinium confusum 73
Delphinium consolida 74
Delphinium dictyocarpum 73
Delphinium elatum 72
Delphinium rotundifolium 73
Digitalis ciliata 227
Digitalis ferruginea 227
Digitalis grandiflora, D. ambigua 225
Digitalis lanata 226
Digitalis purpurea 223
Drosera anglica 36
Drosera intermedia 36
Drosera rotundifolia 34
Dryopteris carthusiana, D. spinulosa 119
Dryopteris dilatata, D. austriaca 120
Dryopteris filix-mas 117
Echinops ritro 134
Echinops sphaerocephalus 133
Echium vulgare 251
Elytrigia repens 158
Equisetum arvense 160
Erysimum canescens 26
Erysimum cheiranthoides 25
Fagopyrum esculentum, F. sagittatum 234
Filipendula ulmaria 18
Fragaria vesca 122
Frangula alnus 162
Gnaphalium uliginosum 54
Helianthus annuus 184
Helichrysum arenarium 89
Hepatica nobilis, H. triloba 217
Herniaria glabra 229
Hierochloë australis 117
Hierochloë odorata 115
Hippophaë rhamnoides 21
Humulus lupulus 32
Huperzia selago 69
Hyoscyamus niger 62
Hypericum perforatum 146
Inonotus obliquus 188
Inula helenium 254
Juniperus communis 43
Lamium album 37
Ledum palustre 218
Leonurus cardiaca 263
Leonurus villosus, L. quinquelobatus 261
Leonurus sibiricus 264
Leuzea carthamoides 106
Levisticum officinale 101
Linum usitatissimum 110
Lycopodium annotinum 68
Lycopodium clavatum 66
Lycopodium complanatum 68
Lycopodium selago 69
Matricaria matricarioides, M. discoidea, M. suaveolens 80
Matricaria recutita, M. chamomilla 76
Melilotus officinalis 131
Mentha piperita 142
Mentha spicata 144
Menyanthes trifoliata 249
Nuphar luteum 266
Ononis arvensis 39
Origanum vulgare 182
Oxycoccus palustris, O. quadripetalus 41
Padus avium, P. racemosa 241
Papaver argemone 127
Papaver dubium 127
Papaver rhoeas 127
Papaver somniferum 125
Pastinaca sativa 135
Picea abies, P. excelsa 82
Pimpinella major 152
Pimpinella saxifraga 151
Pinus sylvestris 138
Plantago lanceolata 239
Plantago major 236
Plantago media 238
Plantago psyllium 240
Polemonium caeruleum 214
Polygala amarella 258
Polygala comosa 259
Polygala vulgaris 260
Polygonum arenastrum, P. aviculare 111
Polygonum bistorta 252
Polygonum hydropiper 60
Polygonum minus 61
Polyporus nigricans 188
Potentilla anserina 24
Potentilla erecta 129
Primula veris, P. officinalis 148
Prunus padus 241
Pulmonaria officinalis 71
Quercus robur 233
Quercus pedunculata 233
Ranunculus acris 243
Rhamnus cathartica 248
Rhamnus frangula 162
Rhaponticum carthamoides 106
Rheum palmatum var. *tanguticum* 190
Rheum rhabarbarum, Rh. undulatum 193
Rheum rhaponticum 192
Rhodococcum vitis-idaea 177
Ribes nigrum 227
Rosa canina 58
Rosa majalis, R. cinnamomea 57
Rosa rugosa 57
Rosa vosagiaca, R. aizeliana, R. glauca 56
Rubus idaeus 256
Rumex confertus 153
Rumex crispus 154
Rumex obtusifolius 155
Salix 166
Salix alba 166
Salix caprea 168
Salix fragilis 167
Salvia officinalis 205
Sambucus nigra 96
Sambucus racemosa 98
Sanquisorba officinalis 181
Saponaria officinalis 207
Sinapis alba 213
Solanum dulcamara 123
Sophora japonica 236
Sorbus aucuparia 174
Tanacetum vulgare 220
Taraxacum officinale 272
Thymus serpyllum 107
Thymus vulgaris 109
Tilia cordata 186
Tilia platyphyllos 188
Trifolium pratense 198
Trifolium repens 197
Tussilago farfara 164
Urtica dioica 83
Urtica urens 84
Vaccinium myrtillus 136
Vaccinium vitis-idaea 177
Valeriana officinalis 170
Verbascum nigrum 276
Verbascum phlomoides 276
Verbascum thapsiforme 276
Verbascum thapsus 274
Viburnum opulus 113
Vinca minor 36
Zea mays 127

Sisukord

Eessõna I trükile 5
Eessõna II trükile 7
Eessõna III trükile 8
Ravimtaimede kogumisest 9
Üldised juhendid kogumiseks 10
Ravimtaimede kogumise kalender 11
Juhendid droogi mahu ja kaalu võrdlemiseks ning leotiste ja keediste valmistamiseks 15
Ravimtaimed 16
Kasutatud kirjandus 278
Taimede eestikeelne register 280
Taimede venekeelne register 284
Taimede ladinakeelsete nimede register 286

Maohaavadele.

I Taruvaiku ja piiritust nii palju kui lahustub piirituses. Leotist tarvitada 5 tilka 1 spl. veele iga päev lisada 1 tilk juurde kuni 30 tilgani ja siis tagasi. Dieeti pidada ka sel ajal. 20 min enne sööki hommikul

(siseks 4 x päeves)

II 3 aastasel aaloel peenestada ~~noaga~~ kähuga või ajada läbi masina.

M arst.

Segada 1 osa aaloed
1 osa mett
1 osa viina (võib kaveini)

Segu lasta seista 1 nädal siis on parem võtta 1 spl. 3 korda päeves 20 min. enne sööki.

III Küüslaugu viin
Küüslauku leotada ja igal hommikul 1 napsuklaas 1/2 liitrile 1/2 aastat. U. ema

Таммеорг Йоханнес Кустав ич, Коок Оскар Элиасович,
Вилбасте Густав Йоханнесович. Лекарственные растения
Эстонской ССР. Изд. 3-е, испр. На эстонском языке. Художник-
оформитель Т. Ару. Издательство «Валгус», Таллин.
Toimetaja A. Pärn. Kunstiline toimetaja A. Säde. Tehniline toimetaja K. Taruste. Korrektor J. Nurme. Laduda antud 20. VII 1973. Trükkida antud 24. IX 1973. Karjala ANSV Kondapoga Kirovi-nim. Paberikombinaadi trükipaber, 54×84/16. Trükipoognaid 18,0. Tingtrükipoognaid 15,12. Arvestuspoognaid 13,50. Trükiarv 40 000. Kirjastus «Valgus», Tallinn, Pärnu mnt. 10. Trükikoda «Punane Täht», Tallinn, Pikk t. 58. Tellimuse nr. 1423. Hind 61 kop.

IV 1 spl. mett õhtul ~~panna~~ ligunema 1 klaasile veele ja hommikul juua enne sööki.

Radikuliit

1) Tinaturaadi ja saialille õite leotis 3 nädalat

2) Sõnajala leht alumine tagumine pool vastu haiget kohta

3) mesilaste nõelamine alates 1 mesilase nõelast kuni 15-ni ja tagasi (käis ei kannata).

Roosile (mensi lapp).

Radikuliit
Valge lilla 2 õit
1 pudel (1/2 ltr) viinas leotada 2 nädalat (2 nmd) ja siis määrida

Taimede ravi alu- ruub 91k raadio 1
võiselle juur- kõhunimise ärevushäireid
maksa ja sapiteedele võtab korduvalt
kuni kolmele tulba vasi peale, mitte vaonda!
Maitsestaja (pipar ~~tõrki~~ saab ärand)
1 kg kikas 4 võiselle juurt (võib vaeselt purustatud)
prooviks - tükikesena jääb sisse jälle tekstroosinaise
[illegible] jääb.
sappidel ~~hoida~~ sees ja välja võtta. ~~[illegible]~~
Jeall valu ravimist sisse panna